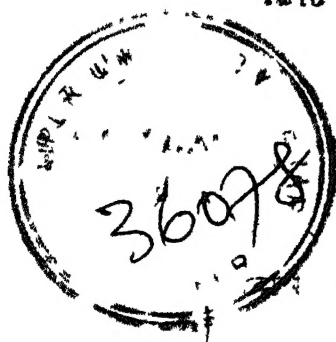


কোজবা—তোষী মোইরাংবেয়া
তোপ নৈরক ।

৮.৫

৮৪;৭

অহানবা ফোড়বা
১৯৭৮ ইং



১৯৭৮ ইং

ছাপা নক্ষম :—নিমাই এও সল, প্রিটি বাকস, পাওনা বাজর .

ইংল ।

রাইহে খবরদং

“পুলি মঠে স্থাননির্মাণ” হারবা মীওইপোক ঐথোইনী
 পুলিবু মঠে হারবা খোরাং করা শুগাইনা, মথং মতাউ নাইনা
 লাইরিক মচা অসিমা ইভরী। মসি ভলংনা ঐনী ইপুকখোতী
 লোমিঃভনা ইভবা ওম্বনী খোনা লৈভদে। মৈভ ইপা ইপুলিংনা
 ওকচাংনী ইঞ্জিনী মৈবু মলক খঙনা ঐরাং খোমিকরম্বনী হারী
 করানী লাইরিকনিং, অচুয়বু মলক ভাকপীবা ওয়বা ভারভকী
 philosopher নিং অবস্থং পুঁকিংনী জ্ঞান খঙহনবা ওয়বা psy-
 chologist নিংনী লাইরিক করা ইমালোন্স, ইংরাভিলোন্স
 লৈরবা বিবিকপু বিভররসা খোইমোত্র ভগবান ঐকুকনা মীওই-
 পোকী মীথোইরবা ঐআর্জুন্স ভাকপিবিবা “ঐমডমহাত্ত সবত
 নেতা”না নিরিবা পাউভাক করা, বুটাননিংনী বোস্তনা নিরিবা
 পাউভাক করা পাকবগা ভেংপানবা অ’সদা লৈরিবা জীবনা
 পোকপদনী লিবক’ওবা করহা লেমগনি, করহা পুলিবু অয়েংপা
 হাওদনা ইভনা প’নব’ ওয়গনি? করহনা অচুয়নো করহনা
 অরানবনো হারবনো ওইরিবনো হারবনিগী মরহনা নৈনজররগা
 শুপনী লম্বী অবখক খেংনংরে। হাররিবা লম্বী অসিমা হেংলগা
 ভাইবং জীব পুখনী পুলিবু অরান খুভম কংবা হারজা হারনা
 লাইরিক মচা অসি ইভবনি।

ভাইবং শেখ মপু কানো? কুক, আ’ল, যীশু, ইপুখো
 সনামহি, পাবঙবা কানো? পুস্তক অসি ইশাদা লোইনা
 লৈরয়ে। মরম অমদা মীওইপোক ঐথোইবু ভেংবানবা মপুনা

লীলা য়েংপে, চাংয়েং ভোপে হান্নবনীমহত্ত বাণী বাণী লৈকম অমন্ত
 জেপিং মুংখিংকী থেয়বা মতুংইয়া ভোঙান ভোঙানবা শকলোমগী
 কাংলুপ বাইবতরি । অচুয়া অয়ানবা, মুংখিবা মুংখিদবা লোইয়া
 থঙই । অতুনা মীওইপোক ঐথোইগী লখী অয়েংব হান্নবত্ত চংপা
 ভান্নবদি কাংলুপ খুদীংগী লখী ভোঙালে, অম্বত্তনি হান্নবসি
 পমজবদি । মসিবা প্রমাণ মাতৈ চানব, বমান্টিংবা অয়ান-অঙই
 মাতববন্ত পুন্নিব মুংখিবিদুনা পাবিবিবা ইবুংঙো ইবেম্মাখিং,
 অবল লম্বমখিংবা তাকপীন্নকনি হান্ননা বরাউনা থাইজরি ।

ময়ামগী সেবা কংজনিংবা
 মোইরাংথেমচা মাক্সোল মোইরাং
 বৈরাংজোইথোং নিংথোজম লৈবাই
 ইক্ষ'ল ।

মাহৌদোক

মতম কুইয়বা হাবি চেকশিন্নি থবীয়লবা অদুগা খৌওইনদি ভৌবিত্তবা; পাখাংকোর, পুখাংকোর চেলয়বা, লিভিন্নয়লবা জৈরোম্, লৈরোম্, কাচিন কোচালা খুপ্প লৈয়লবা, খৌওইনদী খৌহাইনা হকচাংলা লৈয়গৈঙলা করয় পুলি অসিদা করয় লিভে, শাজন্ত চৎকদগে হারবা পাওতাক 'করা অসি থৈঙে ঐনী কাংমুপ্ত মন্তনা মীঙে পুন্নমকীস্থ রাইক কুবিনয়নমন্ত পুথোকচবনি। "আতিয়া হক্ লিদব" মহার খৌওই পুন্নমকী হকমদা নিদ-মাদহাই গীনখীশম্।

লৈয়েক লাইরিক মচা অসি মীয়ায়নী হকমদা পুথোকচগে থক্তবা কুইয়বল থবক অসিনী ইতিক লৈজদবনা চহি অনিয়েমি ঐনী টবল মথক্ত ডাছনা লৈয়হদনী ঐগা পোকবিন্নজবা ইনাও ভোখী হোইরাংথেন্দনা অচংবা শেল পুথোকপিছনা মীয়ায়নী হকমদা পুথোকচব ওমজরে ডাইবাশেন্দ মপূনা মহাকপু পুলি-মুংখাংবা পিনবিশম্। মসিগীদমন্ত পাবিবিবলিংদনী মইহ নিজরি।

খৌইদোক লাইরিক অসি মগ্নিঙনী মতমদা অশোই, অডাম খোক্তনবা, অয়ানবা লোনচন (বনান) রাওদনবা মমল য়ালবা মতম করা লিভিন্নবিবিবা ঐনী মরূপ জিপ্রোমআন্দ লম্ব অবমুং লাইরিক অসিবু পুথোকবর্গদমন্ত খোনা গীথিরকপা মরূপ-মপাং করা অমদি ওঝাশিংনী হকমদ পুলিগী ওইবা খুন্নমজরি।

মাদোল মোইরাংথেন্দ

ঐহাকী

ঐহাকী মরুপ, ঘোইরাংথেমচা মাজোল, চৌডামখান লৈবন
 জৈব “পুন্নি মঠে মানমিল্লি” কোব লাইরিক অসি, খুংজৈ
 লৈল্লিঙে নিংখিজন পাজহৌই। মরুপন, মসি লাজৈরিক কহামনী
 মচঙ ওইব বাখজোন কহামরুপ খোমজিল্লগ লাজৈরিক মচা অমা
 ওইন মহামনী বাং পুখোকপিরল্লি। কংলৈপাক জৈমায়ী মঠেই
 লৈকোন্দ মখল-মখা অমাখ লাজৈরিক কহামরুপমী মকম চাউন-
 কম্মুনা লৈব উজৈ। অদুব মরুপন জৈবিল্লিঅসিগুম মখলনী
 লাজৈরিক কংলৈপাকদি অতাঙব তক্ষ-মাসি অমগুম জৈবৈলৈতবগুম
 থেংনজৈ। ল জৈরিক অসিন হৌজিকী মৌলোন মখল মানব
 কান্ধ কহা পীৰবগনি, নিংজৈ। মতুংদম মরুপন অসিগুম
 মখলনী লাজৈরিক কহা পুখোকপিরজুন কংলৈপাক জৈমায়ী থৌগল
 থৌরাংজব ওমহনবিহু হাজেন শিদব মপুগী লৈঙাং লৈকা মানবদ
 হন্ন বন্ন নিজি।

শজিবু ১২নিপানবা ॥

তাং ২০।৪।৭৮ ইং ॥

ইবোতোম্বী মঙাঙ ॥

শীংজমৈ বাংন ভাগাবতী লৈকাঙ্গি ॥

পুল্লি মঠে স্নানযিগ্নশি

বিবরণ	কনাই
১। মঠে স্নানহনবা	১
২। পুল্লিগী (পাঙ্গল) ধোনা	২
৩। মী খুদিংগক বভিকচান মঠে স্নানগনি	৩
৪। নংনা লমজিংগনি	৬
৫। লোনিংগী ধোনা	৭
৬। ইল্লিগী ধোনা (ক)	৮
৭। ইল্লিগী ধোনা (খ)	৯
৮। মঠে স্নানবা ধোরম	১০
৯। ইলাবু খাজগদবনি	১১
১০। মত্তম নাইবা	১৩
১১। খবভা ইচং ধোবা	১৪
১২। পুল্লিং লুগা	১৫
১৩। হাখলগী লক্তি চুগা নিজিগবা	১৭
১৪। অকবভা খংবা	১৮
১৫। অকিবা লৈমোইমোংনি	২০
১৬। মোইমোকপ খয়া	২২
<p>মতিক চারবা যোগী অমনা মঠে স্নানবা হোংনংবা খখাগী- লিং অসি চংগদবা লিনকমশিংনি হায়না ভাকপীরি ।</p>	
১৭। ভাবনা খাবা হাখল	২৫
১৮। যোগবু খবক ওইনা পাংখোকপা	২৭
১৯। ইলাগী ২শুবা চুত (ভুগা)	৩২

୧୦ ।	ଅଢକମା ଦାରି ଅବା	୭୫
୧୧ ।	ନଧାଣୀ ଛୁତ ଅସି କରନ୍ନା ଖୁଦ୍ଦମ ଚମମାସି	୭୬
୧୨ ।	ମରିକାସିଂ (ଟାଂରେ)	
	ଓହେଦସନା କିରିବିସିଂବୁ କରନ୍ନା ଦୈହକମି ?	୮୬
୧୩ ।	ହେଜା ନୟହେମା (ଶୁଭହେମା)	୯୦
୧୪ ।	ମୁଞ୍ଚିଂଶୀ ଅକନବା ଇଥକମୁ ବାସଜିନବା	୯୬
୧୫ ।	ସଠେଇ ଗାନ୍ନବା ଖାଜେଲସିଂ	୯୮
୧୬ ।	ଅରଣୀ ପାଟେସନ ସଠେଇ ଗାନ୍ନବା	୧୦
୧୭ ।	ଅରଣୀ ସଠାକ ସଠା	୬୫
୧୮ ।	ଅରଣୀ ଜେଟେଲ କରନ୍ନା ହୋଂମାସି ?	୬୭
୧୯ ।	ଭାଞ୍ଜ (ଛୁତ) କୀ ମିନ-ବିନାକ	୬୯
୨୦ ।	ଭେଂବାନବା ସମୁ କମାନୋ ?	୭୦

পুলি মঠে য়ানমিন্‌শি

১

মঠে য়ানবা

Commanding Success

নংনা পুলি মঠে য়ালহনগে নিংলবদি শোইদনা য়ানগনি ।
নংগী পুক্রিংবু ঝাজো । নশাবু ঝাজো । নংগী পুক্রিংবু
থহাই য়াওনা শিজিন্নো । কৈদৌঙৈদন্থ থাজদবনা অঝিবা, নিং-
হন্নবা পোকহনগন্থ । অরেক্সা লৈতবা পুক্রিংনা নংগী লম্বী থংলি ।
পাংখংপনা পাংখোকদবা থবক পাংখোকহন্দে । নংনা পলেপকম
খঙলক্তুবদা, খঙজিবা অয়েংপশিং অহ লোখোকবা হোংনো ।

চেংনা অরেক্সা রাখল লৈনবা হোংনগদবনি । থবক অমদা
অরেক্স লৈগদবনি । হুমিং খুদিংগী রাখল অসি মথং মনাও নাইবা
তমগদবনি । থবক পাংবগী হুঙাইবা রাখলশিংনা পুলিগী থবক-
শিংদা লৈহনগদবনি । ব্রহ্মক ভৌগদবনি । মশিগীদমক্তা নোংমদা
মিনিট তরাদং কাইথোকউ ।

অশুম তৌরবদি শোইদনা পুলি মঠে য়ানগনি ।

নংনা মিছৌরিবশিং অছনা করন্থনো ? মীওইবগী পুলি করিনো
হায়বসি অখঙ-অইহ তান্‌গনি । নংগী পুক্রিংবু তখীয়ু । পুক্রিংবু
তখীবা হায়বশিনা থবক পাংবগী মরমন্‌ ওইগনি ।

নংনা হায়, নংগী চারা তান্নবা হোংনবল পুক্রিংবু তহীনবা
মতম লৈতে। ঐনা অমুক হায়গনি, মহদি নংগী মতম যান্না
লৈ, মহ পুথোকউ। নংনা মহ বঙনা পুথোকবদি নং শোউদনা
অঙকপা কংনা মঠে য়ালৈ।

মতম হায়বসি শেলনি, শেল হায়বসিনা মন্থু, চুয়া
শিজিন্নবনি। নংনা মতমগী মমল খঙউ; নং শেল বাংলোই।

মতমগী পাইনবা মশা লৈ। অশুয় শেলগীহু লৈ। মশ
পাইখিবগুম শেলহু পাইখিগনি। নংনা মতম পুয়মক্ত নশেলত্ব
মশিং ঝিনিংবা অঙগুম পুংজা মশিং ধীনিংবগী অপাম্বহু পোক-
হু। নংগী পৈশা লুপাশিং চেকশিনবগুম মিনিট, পুংজাশিংবুহু
চেকশিনগনি। মিনিট খুদিং চেকশিন্না শিজিন্নবনা শেল তান্নবগী
মরম্বহুনি।

২

পুক্রিংগী ধোনা

Power of Mind

ধোনা পুয়মক্তগী পুক্রিংগী ধোনানা খুইদগী অথোইবনি।
পাজলগী ধোনাদি অয়াং-অতা লৈ। পুক্রিংগী ধোনাদি কৈদোম্বংদহু
মাঙদে। মসি কন্নিক্ত ইষরগী শক্তি অয়নি।

নংগী মরূপকী শক্ত অরহুং শেল হান্তে। নংগীদি করি
অরহু লৈতে হায়না নংগী বাখল হুয়বদি নং অপঙবনি। য়ৌইবা

হায়বসি চংবি অমসুং লাকপা যাই । অশুর খেল হায়বসিন
চংখিনি অমসুং লাকপা যাই । তৌইগুসুং পুক্রিংগী খোনা
অশুম অশুম চতুনা লৈ । নংনা অসিগুয়া খোনা অসিগী মমল
অসি মুয়া খঙগদবনি ।

নহাক্কা হায়রি, নংগী কনা অমসুং লৈতে । ঐনা মতুদা
খাক্কা লৈতে । নংগী গাক্কা অমসুং নেহক্কা চপ-মাল্লাবা পুক্রিং
লৈবনি । অতুব নংনা করিগী অশুক হুত্কাবিবনো ? মতুগী
পাওথুম ঐনা গীরি । নংঙোনা য়া হুত্কাগনবা লাইনা অমা
লৈ । চুসু ? নত্তে ! নংগী খম্মোইদা কনাগুসু অমনা চীরোল
জোরি । নং অসি নপাক্কা শোল্লি । মতু শাপ তৌ । চীরোল
জোরিবা অতু কত্কা হু-প্রত্ভনি । নহাক্কা নংবু নমখরি । নহাক্কা
নংগী পুক্রিংগী খোনাবু হাংলি । মত্কা লোক্কা । শুকলো লো-
রোইক্কাবনি । মতুতদা মহাক্কা মখস্তু শিজখিগদবনি ।

নং পুক্রিংগী খোনা কংলগনি । নং মঠে য়াক্কাগনি ।
মৌ খুসিংগী পুক্রিংগী খোনা লৈ । মসি নংগী নশামক্কা
তমতুনা লৈ, মসি হোগংলো হায়বু । নংনা মসিগী মপু
ওইরে হায়বু । মসি হোগংলকনি । মসিনা নংবু অনোবা মৌ,
হেয় কগংপা পুলি অমা ওইনবা ইনশিলকনি । অশুম তৌনা
নংনা নংগী পুক্রিংবু খোগংকনি । মসিতনা মঠে য়াক্কা লক্কাবনি ।

“ঐনা চমগনি ।” মতম পুখদা হায়বু ।

৩

মী খুদিংমক মতিক চানা মঠে য়ানগনি

Every Body Deserves Success

ঐখোই অয়াশ্বনা পুলিগী তোৰ্বান্দ হায় হুয়া চংলি,
অশ্বম ভোনা ঐখোই মধং মধং মপু ফারকই, অত্বদগী পথ-
পুৰষহুনা পুলি লোইখিনি ।

মসিদি অশেংবা পুলিগী পত্বংকম নন্তে । মঠে য়ানবা
পুলিনা অশেংবা পুলিগী পত্বংকমি । কব্বিগুত্ব অমদা নংনা
মঠে য়ানহনগে হোংনরো । নংনা মত্ব কংগে হায়বা অনিংবত্ব
লৈববদি, নং মত্ব কংগনি ।

মঠে য়ানবা হায়বসি মীওইবগী গুন্নি, নিংলিংউ । মী
পুন্মক মসিগী মতিক লৈবনি । নংনা মসি কংবা ত্বমগনি ।
নংনা মসি কংলে হায়না হুয় হুয় হায়য়ু । মঠে য়ানবগী
অনিংবত্বদা পান্দমকম ওইয়ু । নমিং কুপুনা য়েউ । “পুলিব
মঠে য়ানহনবা নন্তনা অঠে অতোগ্ন অকবা মতিকচাবা পাঠে
লৈভে,” হায়য়ু ।

নংনা মঠে য়ানববু জয় তোৰা ওত্বগী লজী অত্ব নন্তোন্দ
লৈয়ে । মশাঅক্ত ইচম চত্ব ষাজহলো, মত্বদি নংনা কংলে হায়না ।

কব্বিগুত্বা মত্বমদা নং মাইখিগনি । মত্বদা ঝাৰোইদবনি ।
য়ায়থিব হায়বসিনা মঠে য়ানবগী অকনবা (অখোইবা) লয়ীনি ।

নশামকপু ঝাজোঁ । নশাবু ঝাজবনা অকনবা লানফম অমগী
তছাউ হেরা অরাবহু শাকরবনি ।

নথন্তু তমজবনা নশাবু খঙজগনি । নশাগী অকায়েবশি,
অবানামি গড় খিহ্না লৌথোকউ । নশাগী মতম করমা শীজিন্ন-
গদগে খঙগনি । মহ নিংখিনা শীজিন্নগনি ।

পুলিবু মাই য়ানবা আশা তৌরিবা মী অহু মতমগী মনল
খংগনি । মহাক্রা তৌগদবা থবক্রা মশাবু ইনশিঞ্জি অমসুং মতমবু
চাং নাইহল্লি । মহাক্রা সেকেঙ অমা ফাওবা মাঙহন্দে ।

ঙসিদগী নংগী মতম খায়দোক্রো । থবক খুদিংমক নিংখিনা
থরাই য়াওনা তৌরো । নমথাক তৌহ্না থবক লৈথোকহু ।
মতম মাংহনবনা কদৌঙদসু মাই য়ানফরোই ।

তন্ননবা শেনশাবো । কৈদৌঙদসু পাউতাকশিংবু থৌওইদবা
ভৌফরোই । মহুগীদমক নিজগদবনি । অফবা পাউতাক গীবশিংবু
খঙজিন্নগদবনি ।

অচৌবা মীশিংনা মতম খুদিংদা তমহ্নতা লৈ । মখৌইনা
চাউবগী মরমদি পুলি অসি তম্ববুনি । অমসুং তম্বা হায়বসি
পুলিনি হায়বসি খঙই ।

অচৌবশিংনা হেম হেম তমহ্নতা লৈ । হেম তমশিনবা
হায়বসি মীওইবা খুদিংগী মখৌনি । কনাসু মপুং ফানা পোকলক্রে ।

নীংশিংউ :—

মশানা খঙববুদি মশানা খঙজৈ,
মশানা খঙদববুদি মশানা খঙজদে ।

নংনা যান্ন তন্নবা হোংনরবদি, নং মঠে য়াল্লে ।
 ঞ্মোই মকা লান্ন হেয় হেয় তমশিল্লু ।

৪

নংনা লমজিংগনি

You Can Lead

নংনা লুচিংবা অমা ওইনিংলে । লুচিংবা অমনা করম
 লুচিংগদগে থঙই । মহাক তুংইনবা অমা ওইনা' চৌরকই মহাক ।
 মঠম পুন্নমক্তা তুং ইন্নবগীদমক্তা শেষ পুন্ন লৈ ।

মীওইবগী অপাম্বসিদ' তুংইল্লিংবগী অনিবচু লৈ ।
 মহাক তুং ইনবা অমা ওইনা লম্বা অত্থ থঙলকই ।

মহাক তুংইনবা অমা ওইনা পাম্বগী বরমদি মহাক হেয় ।
 হেয় তমশিল্লবগীদমক্তনি । মসিন মহাকপু ব্যবহাব ফজবা মী
 অমা ওইহল্লী । মহাকী লমচংনা মহাকপু মপুং ফাহল্লী মহাক
 কৈদৌম্বুদা কনাদম্ব হুত্ম' মীংয়ে' .২ দে, কদৌঙদম্ব থংনদে
 কনাবুত্থ খৌওইদবা হৌদে অমম্ব মহাকন । হোঙানগে থল্লে ।
 মগী লমচং ব্যবহারনা মাবু গশিবা জ্ঞান পীবি । লোশিংন'
 মাবু মধোনা পীমি । মাবু অরেন্দা চাদিং লৌহন্দে । অণ্ডম্ব
 মানা মগী লোশিং কোয় হাল্লি । কৈদৌঙদম্ব মনোং তাম্লে ।

৫ লৌশিংগী থোনা

Power of Knowledge

মী পুম খুদি মক থোনা লৈবা পাম্মী। মী ওইবনা থোনা
খুদি মক শিনা হুঙাইবা উম্মী হায়বসি নং খনত্রা ? নন্তে !
পুয়নক হুঙাইবা ক লৈবদি লৌশিংগী ফংবা থোনা অতুতনি।

লৌথোইনা লোইনা অরানবশিং ভোই। অরানবশিং অসি
লৌথোইবা হোংনো। মসিনা খুইদগী তেনবা লৌশিংগী।
পাং খুদি মক অংগ। চান্দনুনা য়েংউ। নংনা হেংক ওম্মখৈ
য়ংউ। নংনা জীবশিংগী পুলিশিংবু ওম্মখৈ পাউ। অতুগা
নতুদা লৈবনা ব্রাখলশিং অতু ওম্মোক্রো। মী পুয়নকী মগুন
খুইউ। অতুম অতুম ত্রো মম্মোহশিংগী মরমদা নৈনো। চম
অখংবা লৈহনন কইথোকউ। অতুম নংগী লৌশিং হেনগংকনি।

জীবশিংগী মরমদা নিংথিনা তম্মো। মসি লৌশিংবু করম
নংগদগে হায়বতুনি। নংগী থোঙশিংগী খুরবা মখলশিং অসিদগী
জাইবংগী মপান্দ গ্রামা লায় নৈবিশিং অসি য়ে নবা হোংনগতু।
অগ লম্মেখো। তাইবংগী পাক্কা লম্মোদা থোঙকাপ লাওনা
য়ংউ। লিশিং-লিশিং ত্রিসতু নংগী লৌশি তুম হেনগংকনি।

নংগী নোংমগী থোকখিবা থোদোকশিং অতু তুমিলাং তুম-
লমদাউ পুদিংগী খতু। নংগী হুনিং অতুগা খবকশিং অতুগা
মরমদা হংউ। হৌখিংশিং অতু খলগা তু নীদমকতু মম্মোক্রো।

নতুং ইল্লকতু, মাংলোমনা য়েংটে, মাংলোমনা চহশিল্লু।

নংগী ইল্লিগী থোনা অহুনা নংবু মাঠজিল থাহনগনি

৬

ইল্লিগী থোনা

The Inner Power

নংনা হায়, নং-থোনা শোল্লি। অচুন্না? নন্তে!

নংনা থোনাগী মপু ওইরি। মহ নশামক্ত নৈবনি। মসি
নংগী ইল্লিগী থোনা। মসিনা নংবু থবক তৌ হায়না তাক-
লকনি। নংনা মসিগী মতেংনা চুন্ন থবক ভোগান। মশিংনা
নংনা অসিগুস্তা শক্তি অসি পাইরে হায়না থন্নরনি। নতুংদু
ভাউনরনি। শোয়জবনি, মথোয়না ভাউনবা।

নংনা মসিগী মপু ওইরে হায়বসি করনা প্রমাণ ওইরে
হায়না হংবা য়াই। মসিগী পাউথুমদি : অরাংবা আশানি।”

নংনা আশা অসিগী মপু ওইরবদি, নংগী ইল্লিগী থোনা
লৈরে। আশা অসি যাওদ্রবা মী অদি মী শুকওই ওইজি।
মী থুদিংগী অপাস্থ আশা অমা নজগা হেন্ন লৈ। মরম অহুনা
মী থুদিংগী ইল্লিগী থোনা লৈবনি। মী অমদা লৈরিবা আশা
অহুগী মতুং ইন্ন ইল্লিগী থোনাগী মগুগস্থ থেংনৈ।

অরাংবা বাখলগী আশা অসি ইশাবু থাজবনা মোকথং-
তুনা লৈবনি।

নংনা পাঙথোকদোরিবা আশা অহু উমগনি হায়ব থাজ্জবদি
আশা অহু থু'বা উমলোই । মরম্ব অহুনা থাজ্জবা তম্মু । কৈদৌ-
দৈদম্ব থম্মোই শোম্বগল্প । আশাবুসু কৈদৌদৈদম্বা থাদোকল্প ।
কৈদৌদৈদম্ব ওইথোকলোইদৌবশি'দা থল্লোইদৌবনি । পাং-
থোক্কে লেপকনি । অহোংবা নাইবশি'বু কৈদৌট দা থাজ্জল্প ।
লাইগী নোংদম্মা করি'অমত্তা ওইথোক্কেই । মসি কর থাজ্জদবনি ।

নশামকী ইল্লিগা বারী শাউ । মসিনা নঙোল্লা ইল্লিগী
শক্তিগি' অহু থঙহল্লকনি ।

নশামকদা হংজবা য়াগনি ।

ঐনা করিগী থবক তৌ র ।

করম্মা ঐনা কার থাল্লবনো ?

করম্মা ঐথোইনা হীরম্ব খুদি'দা শেষে শারিবনো ?

মসিনা নংগী থম্মোভদা থংঙাল ডানবা মঙাল'অমা পৌরকনি ।
অম্মম্মা নংনা নংগী অক ফত্তগী মরম্ব থঙলগনি । অম্মম্মুং নংনা নংগী
কোক অহুনা পাঙথোকদোরিবা মথোশ' অহুসু থঙলগনি ।

নংনা পুন্নমক আসি থ'লবদি, নংনা নংগী ইল্লিগী ধোঁনা'ব
থু'ম চলে ।

৭

ইল্লিগী থোনা (খ)

The Inner Power

শিখ্ৰগা লোইরে খনগল্প । মসিনা নংগী আশা অহু হাং-
খিগনি । নংগী অপাম্বহু হাংখবদি নংগী ইল্লিগী ধোঁনা অহু
হাংলবনি ।

ସ୍ତ୍ରୀ ଅମ୍ଭନା ଥବକ ପାଞ୍ଚୋକନା ହାସବସି ଲାଈବନା ତନ୍ତା ନଡେ ।
 ମହାକୀ ମାଞ୍ଚୋନା ଲେବା ଥୋନା ଅନ୍ତରାରି । ମହାକା ଥବକ ତୋଈ ଯନ୍ତ୍ର
 ମହାକୀଦମକା ଲାଞ୍ଚେନାରି । ମହାକପୁ ମାଞ୍ଚିନି ଥାହନବା ଉଲିବସି
 ମାଞ୍ଚୋନା ଲେରିବା ଥୋନା ଅନ୍ତରାରି । ମହାକା ମସି ହେକ ଉଲିବସି
 କାଞ୍ଚବା ଶିଞ୍ଚିଲେ । ମହାବୁ ଥାଞ୍ଚିଲେ । ମହାକ ଥବକ ଶେ ହାସବସି
 ଶୋଈବନି । ମହାକୀ ଅନିବଗୀ ଥୋନା ଅସି କରନ୍ତିସି । ମହାକା
 ନିକହନବା ଉମଦେ । ମହାକୀ ଥାଈଦଗୀ ବାଞ୍ଚବା ଶକ୍ତି ଅମନ୍ତ ଥୋନା
 ଲେ । ମହାକ ଅକିବା ଲେତେ । ମହାକୀ ମହାକ ଥବକ ଉଲିବସି ଶକ୍ତି
 ଲେ । ମାଗୀ ଇନ୍ଦ୍ରିଗୀ ଶକ୍ତିତନା ମାଗୀ ନିଞ୍ଚିବହୁ ଥୁହନବା ଉଲି ।
 ମାଗୀ ଇନ୍ଦ୍ରିଗୀ ଥୋନାଗୀ ମଞ୍ଚେନା ମଝେ ଯାନବଗୀ ଶୋରମ କରା
 ପାୟଥଲି ।

୮

ମଝେ ଯାନବା ଥୋରସ

Planning For Success

ନଂ ମଝେ ଯାନିଃ । ମୀ ପୁଞ୍ଚିସୁ ସମିକ୍ତି । ଅନ୍ତରା ମସି
 ମହାକା ଶୋରାଂ ଶୋରାଂ କାଞ୍ଚିତନା ମଝେ ଯାନବା ଉଲିଗି ।

ମଝେ ଯାନବଗୀ ଶୋରାଂ କରାହା ମହାକା ଶୋରାଂ ଅସି
 ଚଞ୍ଚିବା ଯାଦେ ।

୧ । ଇନ୍ଦ୍ରିଗୀ ଶକ୍ତିବହୁ ।

୨ । ମହାକ ନାଈଦବନି ।

৩। থবক্ত উচঙ থোগদবনি ।

৪। পুতীং লুপকদবনি ।

৫। থোনাবু অচুন্দা শীজিন্নগনি ।

৬। অফবতা খনগনি ।

৭। অকিবা লৈরোইদবনি ।

৮। এচুয়া পাউতাক

পুন্নমক অসি খল্লা ।

মথোয়শি অসি নংডোন্দা কয়া য়ান্না লৈববগে ? শীজিন্নমক
এয়া য়ান্না পাউথোকববগে ?

হোংনো । মথোয়শি অসিগী মতেংনা পুন্নমক মাইপাঞ্জা
পাউথোকনি ।

৯

ইশাবু থাজগদবনি

Self Reliance

ইশাবু থাজবা জায়বশিনা মাই য়ান্নবগী অথোইবা পৌদ্রাননি ।

নশাগী ভৌব অগী লজ্জিশিং অচুবু নশান্না থাজব কপেজ
মগ্না অচুনা নং অগান ওইবগনি অফুয়া বাখলগী পান্নমক হাঙ
বুনি ।

খুদোংগীতা অমা লায়মোক্তবা মজমলা নংনা ২৫ চবংনগী ওয়ে
চাচন ভোকথোকই । মডু করিসীমো ? অমদি নং করিসীমো

অসিগুয়া অমত্ত ষেংনখিদি । মরম অহুনা নংনা মত্থ খাদোকপনি
 নীংখিংগদবনি, নংনা তৌখিদিবা খবকশিং অত্থ নংনা হেজ্জা
 পাঙথোকনি হায়না । খবক খুদিংমক খুদোংখীবা য়াঙহন্দন,
 পাংখোকে হায়না নংগী পুখীং ষোগংচো । খুদোংখীববু লাত্থা
 তৌনবা শেষ শাহুনা লৈয়, । ষাংখীববা মতমদা পুখী দা খৌশাকু
 খুদোংখীবা অহাবনা ব্রাহ্মব মতমদা হেনজিল্ল অরাবা খাব
 ভমগনি ।

নংনা খবক হৌখুবদা, মঠে যানগদবনি হায়বসি মতম পুন্মক
 থল্ল । হায়য়, “ ঐনা খুইদগী অকুবা খবক কয়া ভমগনি ” ।
 হন্ন হন্ন হায়গদবনি । নংনা খঙগনি, মত্থি অকুবা অরাবা খবকশি-
 অসি মতম খজিকুদা পাঙথোকনি । নশাদা অরাবা কাওরবত্থ নং
 খাঙবা কনবা তাই । মতম ঈকুই, কুইদনা নহোন্দ য়াল্ল খুংডাইবা
 কাওরকনি । নংগী পুখীং অত্থ হিংগংলকনি ।

নংনা নংগী খুদোংখীবশিংবু মাঙহনবা ওল্লবা অমত্থ অরা অন
 'তারবদা' নোকশিনবা ওল্লবা মতমদা মথোইশিং অহুনা নংবু খুং
 চনবা ওল্লরোই ।

পামজখিদিবা অরাবশিং অমত্থ রাখলশিং অত্থ নংগী থম্মোইদগী
 জাহোকথো । মথোয়শিং অত্থ চংহন্দবা ওল্ল হায়না থল্লো ।

মশাবু মশক খঙবা মীওইশিংদদি অসিগুয়া অওং অনৈশি-
 অসিনা মঠে যানবগী খবক, করিগু চঙলকপ ভমদে ।

থম্মাই মশক খংবা মীশিংনা মশাতগী রাখলনা মশাগী
 অনিঙবা অমদি অপাংহু খবক ওইনা পাঙথোকচৈ । মাগী পুল্লিগী

ধবকলিঃ অতুল। মশাবকী হাথলনগী কজবা। মঃ কয়া পুথোকই।
 বাবু মীনা ভাঙনবা পুয়া মাতা ভাকুরা অমনি চেকশিল্লুবা লৈতে।
 মালী খোনা অমন্তঃ টেটলৈ। মনা মকপু খাঙতৈ। মহাক
 মতম পুত্ৰমজা অচুতম লৈগনি। মরম অতুল। মশাবকী হেজোলা
 মীকোক খোংব হাথবসি মালী অপাশনি। মশাবকী মীকোক
 খোংতুল। মপুংমক্কা খোরম কয় পাঙখোকই।

মশাবু খাজবনা মীলৌবকী খোনা মাতোলা পীরকই।
 মহাকী ধবকী অমন্তঃ শাল্লবগী লখী অমা কঃগনি।

ইশাবু খাজবসিনা মঠে যানবগী অহানবা খোঙখাংনি।

১০

মতম মাইবা

Punctuality

মশাগী মখৌ খঙউ অমন্তঃ মতম মাইবু। মতম মাইবা
 হাথবাসিনা মঠে যানবগী অনিশ্চবা খোঙখাংনি। মসিভনা মালী
 পুলিবু নিংখিনা মঃ ভানা শেখীগনি।

কৈনৌপুংলা মিনিট অমা কাওবা মাতহনগমু। মালী
 নোংবগী মতম অসি সেকেন্ড খুনিংগী খাংদোকউ। অশুক মাতা
 ভায়া, অশুক মাতা পোখায়া, অশুক মাতা ধবক ভোবা হাথনা।
 অশুক ভৌববদি মনা মতমগী মমল খঙবা ভয়গনি।

মঠে যানবা হোংবদা মতম চঙই হাথবসি মঃ খঙই।
 মরম অতুল। মনা অসিবু মাতহনগৈমবনি। মতম মাতহনবা

হাঙ্গবজি নংগী য়েং হাঙ্গবজী লখীলী ওয়-তৈনবজি । নংগা হাঙ্গবু
কনবা ওয়লবজি নং লোয়ননা য়েং হাঙ্গো ।

নংগা অয়েৎবা লৈয়িরা । য়িটিট্‌লি'বু য়িতিয়গনবজি ।
নংগা য়িটিট্‌ অয়া য়াঙননবিবনা নংগী লেন চুল অয়া
য়াঙলবজি ।

নংগা থবজী ময়ননা হেয়া ওয়জিনগনবজি । অহাংবা
হাঙ্গবজী পুংখিংখিংলী ময়ল অহু পুথোকনবজি ।

পাউ, ইমু নক্সগা খায়ো । নংগী পূরীংনা কৈনৌটৈঙনা
অভনবা লৈননগনু । অভনবখিংলী পূরীংবি কনবা অহু ওয়ে-
খিংলী লিন-খঙনি । য়িসি থবক চিন্ন থমু ।

মক্স ওইবা থবকখিং হোংনগনি । অহনুং ভনগনি ।
কনবা চঙগনি, কুল নক্সগা কলেভনা চঙগনি, লাইয়িক পাকননা
চঙগনি, অহনুং পঙিৎখিংগা ভিন্নগনি ।

অথঙবখিংনা মহাকপু থবক চিলননগনি । অথোয়তগা
থঙনৈনগনি । অথোয়না নংগী অভনবা পুংখাখিং অহু ননা
ওলননকনি ।

১১

থবক্তা ইচঙ থোবা

Promptness

নংগা অথোয়গা থবননা অতোয়খিংলীত্ব য়েখো পাঙথোকপনা
ইচঙ থোয়নবজি হাঙ্গবলি থঙলে । অথোয়লী থোৎখিংনা মহাক-
পুহু চেপ্‌ খাইরৈ হাঙ্গনা য়ায়ে ।

বিঙ-বিঙ লাঞ্ছনা থক ভোঁৱা হাঙ্গৰনি নংলী পুলিৰী খোঁৱা
কৰাৱা মতে: পাংবিনৰা বদৌল মৰল অৱনি । মৰল অসিহৰুনা
নংবু মীওইবলিংনা ইকাই বৃহগনি ।

খোঁৱা লিংজেলবু অমহু: মকমবু মাঙহনৰা হাঙ্গৰনি ইচঙ
খোঁৱনী মগুন ওইগনি ।

মতৰ মাঙহৰা অমহু: খোঁৱাবু মাঙহনৰা হাঙ্গৰনি লম অমহু:
হকচোঁবু মাঙহনৰমকী । নংনা মখোৱাশিং অসি মাঙহনৰা পাম-
জবদি নং লোইননা ইচঙ খোঁগনি ।

মকম্বু কাছনা শোলোম্বুনা থম্বু, কৈলৌগুংলু কাউগম্বু,
মকম্বনী পাইৱা মখা লৈ । নংনা মসিবু কাৰা ওৱবদি নংলু
মঠে স্নানৰগা লোৱৱা পাইবা ওৱগনি । নংনা মঠে স্নান পাইবিয়া
অহু মীশিংনা ল'গা উগনি । মখোৱনা মপূকীনা কৰকনি ।

কাউগম্বু, অবঙবলিংনী পাউভাৱা নংলী খোঁৱনী ইচঙ অহু
হাঙ্গীৰকনি ।

ইচঙ খোঁৱ হাঙ্গৰনিমা মঠে স্নানৰগী অহুৱ ভবা খোঁৱাংনি ।

১২

পূৰ্বীং লূপপ

Concentration

নংলী অকবা খোপ্ লৈ । চিংমগম্বু, নংনা মছ পাঞ্জনা
মীজিগবা ভাবনি ।

নংন। মদু করুজা খীজিগনি ?

রাখল খল্লাগা ।

মদুম লৈলুনা নথলু খনবদি ভোগমু । কাল্লাবা মদুম পীছনা
খনগদবনি । মদুনা পুরীঃ লুপ্তা খনগদবনি । চানবগী রাখল
ভোগমু । হীরব অন্নগীদমক্ত লাইবিক অন্নখক্ত পাউ । মদুনা
নংন। হেক উত্তমঠে মদুম চেনা পাউ । নংন। মদু মপু
ওইখোকদবনি ।

নংগোন্দ কাল্লাবসি মপুঃ ফানা পুরীঃ চেনা নল্লাগা পুরীঃ
লুপশিনবনি । মসিনা নংবু হীরব অন্নগী মনুঃ মপাল ফাওনা
খঙহনবিগনি । মসিনা নংগী বুদ্বীবু করুজা খীজিগনি হারবক
তথীগনি ।

খবক অমদা পুরীঃ ককচাঃ লুপশিগনি মী অদু থাইগনী হেন্না
রাখল খমবা মী অমনি । মহাক থাইগনী হেন্না মতিক চানবা
মী অমনি । মহাক্রা মকম থুনিংদা মঠে যাকগদবনি

নপুরীঃ অদু ইলাং লাংহনগমু । ইকাইগদবা কাল্লাববা
অকনবা রাখলগা লানথেনগমু । চুম খল্লাববা নলানা কোৎনজো ।
মরু ওইবা অমী পুথোকুবা নহাকী মরী লৈলবা রাখলখিং শেম-
লাউ । নলামক্তগী রাহংলিং হংজো । নংন। পাউথুমশিং অদু
ফলবদি নংন। পুরীঃ লুপচবগী মঠে ফলগনি ।

পুরীঃ লুপ্ত হারবসি মদুম যাক্রা চঙই । নংন। মসিনা মদুম
মাউই হারনা খলি । নন্তে । শুকনৎ নন্তে । পুরীঃ লুপ্তা নংগী
জানবু থাইগনী অরাংবা খাক্ত পুথংলি অমন্তু থাইগনী থোইদোক্রা

মঠে য়ালহল্লি । নসিনা নংগী নিংলিংবগী শক্তী অসি যেচিন-
ত্তয়া খৌহনগনি ।

পুরুীঃ লুম্মগী রাখলনা পুন্সবকপু খঙহনগনি । নংনা
পায়জবা লাইল্লিক পায়না নং কৈদৌঙেনসু চোকথনে । যত্ন
করিগীনা ? যরংদি হৌরম অত্ননা নংনা পুরুীঃ লুম্ম হায়বসি
খঙহনা ইলাই লাইনা হেজ্জা পুরুীঃ ভালিল্লবননি । পুরুীঃ
লুম্মবা অসিনা নংডোন্দ মুংডাইবা পীরকই । যত্ননা নংনা মুং-
ডাইখোকই । যরম অসিমজ্জনা নং পুমমুং মুংডাইবা কংই ।
ননা অণুখা চিংখিনজৈ ।

মুংডাইবা হায়বসি পুরুীঃ চংবনা শেহনি । অত্নগুম্ব মুং-
ডাইনা পুরুীঃ চংবত্বু খেয় হকচাং লুম্ম কোই । যরম
অত্ননা নংগী মুংডাইবা অসিনা খৌরম অত্বু শেহগংলু । নং
শোয়দনা পুরুীঃ লুম্ম হায়বত্বু কংলগনি । অমসুং নংবু মঠে
য়ানবগী খেঙখাং য়ি শুবনা খাংজিল্লগনি ।

পুরুীঃ লুম্মগী হৈনবী অসি লৈমবা খৌরম লিপিং
লিপিং লৈ ।

১৩

রাখলগী শক্তিচুম্ম শীজিম্ব

Right Use of Energy

নংগী রাখলগী পজল অত্ন অত্ব লম্বীদ শীজিম্বো ।
যত্ন নংনা লাম্ম শীজিম্ববদি, যত্ননা নংবু য়াঙহনগনি ।

কামদেব। মকমদ। কৈদৌঠেদন্থ খোনা আসি মাউহরোইদৌবনি।

করিগুখা মতমদ। নংনা কাউবু অমগা বারেষ ডাউদুনা
কুম্মী। মসিনি নংগী খোনা লাম্ম জীজিম্বা হারবদো।

মতম অমদমা নংবু লাম্ম লম্মজিগদব। লাইরিক অমা
পাই। মসিনস্থ নংগী খোনাবু চুন্ন জীজিম্বা গোদ।

নংনা নংগী লাইরিক পাব মতমদা মচৎ ওইব রাখলগী
পাজল মাউহনগদবা য়াওরবদি মত লৌখোক্তদবনি। কামদেবনা
করিনে, কামদেবনা করিনো ময়বসি নলানা মতগদবনি।
লাইরিক আসি পংগা নহাকপু ময়মঠে অলোমনা লজি-
গনি। নংনা লাইরিক মচা আসি মুম্মা নৈম্মো।

পুঞ্জীং লুঙ্গা হারবসিত্তনা নংবু নংগী বখলগী শক্তিবু
চুন্ন পীজিম্মো হারবিরকনি।

১৪

অফবতা খন্দা

Optimism

মী মখল অদি লৈ : অফবতা খন্দা নংব অমম্ম কতবতা
খনগদবা। মঠে মাম্মদেব মীশাংদি অহানবগী কাউবুদা লৈগনি।

অমম্ম মঠে মাম্মদেব মীওইদা অমিস্তবগী কাউবুদা লৈগদবনি।

এপুলি অহু মঠে মাম্মদেবদি, অফবতা খনগদবা মী

অবা ওইগদগনি। কৈদোটেডদন্থ যানখিগদবা বাখল জৌরোই-
দবনি। খৌদোক অবদা যায়খীবা কংলবন্থ মদুদা বরুগন্থ।
করি অণ্ডা খল্লুগন্থ মদু মঠে যানবগী যায়খীবা অহনি
হায়না লৌ।

অমুক হল। হোংলৌ অমন্তং নানা মঠে শে'রদনা যান-
গনি মতব খুদি'মক্তা খাজৌ, মদু'দ ম'য়খীবা হায়বসিনা মঠে
হায়বা লখী বরুগনি।

যায়পাকপ অমন্তং যানখীবা হায়বসি মুংখিল অমন্তং
অহি'গা মঠে। অমনা অ গট মতুং কৈরে অনিমক পুলি
অসিনা চউদবা বাদে। অহিংনা মুংখিলবু খুগাই নংগী
অহি'গী মতক ওইয়বা যায়খীবা অদু মঠে যানবগী মুংখিল
লাকুবদা মাতখিগনি।

কতবতা খনবদা নংবু আউনিংহনগনি। অমন্তং বহন-
গনি। মসিনা নংবু মতব খুদি'দা হানবতা খৌদগনি। মসিনা
অফবদা ওনখংলু হায়রোই। মসিনা মহোলা লাইয়েজীগী
খুংলেশগী ওয় কৈনবদা চংহনগনি।

নিংখমখানা লাকুবদা,

বসন্তনা খাপ্পা চংখিত্তা ?

নতে! নিংখমখা থেক লে ইবগা বসন্তনা মাপী কজবা
পুন্সমক লোয়নদুদা লাকই। নিংখমখা লোইয়ে। বসন্তনা
লাকুবদা ঐথোয় পুন্সমকী অনৌবা পুলি গীবিরি।

ঐথোয় অকবতা খনগনি । মসিনা ঐথোয়বু মুংঙাইবদা
খনী । মুংঙাইবা হায়বসি লন্ পুয়বক্তনী অথোইবনি । ননা
মসি করিগী খাদোকদৌরিবনো ?

সংলায় অসি অশানা হিবনি । অকবা আশা তৌ ।
অকবা খনবা মীড়া ওইয়ু । নংবু কৈদৌটেঙনা হায়খীবা পীবা
ঙল্লোই ।

অকবা খনবা মী অয়না কৈদৌটেঙনা লৈখা ভারোই ।
মহাকপু খুদোং খীবনা খুদোংখীবা পীবা ঙল্লোই । ওয় তৈয়
মহাকপু খুদোং খীববু খুদোংখীবা (অরাবা) পীগনি ।

ফতুবা খনবা মী অয়না মগী অরাবা অতুনা মতুয় চুপ্পা
কপুনতা লৈ । মথোয়শিং অসিনা মহাকপু কিংমুন্তা লৈ ।

অকবা খনবশিংনা অশুম অশুম চাঙখেলি । কাওবা
খনবশিংনা অশুম অশুম ফতুবদনী ফতুবদা কুংঠৈ ।

অকবা খনবা মী ওইয়ু । অকবা হাঃবাসনা মঠে য়ান-
বগী তরুক শুবা খোঙখাংনি । ননা মসিগী থাক অসি যৌর-
বদি নং মঠে য়ানবা হায়বক্তনী অয়ান্না শরুক ফংলগনি ।
নং লৈখা ভাগনি হায়বগী কিনি ডাই লৈত্রে ।

১৫

কিরোইদৌবনি

Fearlessness

অকিবা হায়বসি পাজল শোনবনা খোকহনবনি । অকিবা

লৈজবা হায়বসিমা নংগী পাঙ্গলগী ঘটে (কল্) নি। অহুবা
লম্বীদা ৫৫লু অমন্তু কৈদৌটৈঙদা অকিবা লৈগমু।

অকিবা হায়বসি ঘটে মানসিগি ঘেঙ্গবসি।' বসিমা নংগী
মী অমা ওইবগী গুণলিং হাৎডোকহে। বসিমা নংবু অমন্তু
লম্বীজিটে নংবু অহাবদা থকীগনি। বসিমা নংবু কৈদৌটৈঙদা
হোগংহজোহে।

নংনা বসিবু হাৎপা ওয়জবদি, নং মশা ফরগনি, ময়ল
লৈবগনি অমন্তু অলিংবা মী অমা ওইবগনি।

নংনা অতোগলিংমা লৈবগি অহুগুম্ব থবায় দাওবা,
মখোনা লৈবগদি অতোগলিংমা কাবা ওম্বীবা অহাংবনিংহু নংনা
ওমলোইবগী বরম লৈজে।

নংনা অসিগুম্ব খোনা অমন্তু অহাংবা আলাগী মপু ওইব-
গদি, নং করিগী লোখহোগদৌবিনো? নংগী জাম অমন্তু
আদোংলিংবু কগংহু। অকিববু ফুদংগনি। ঘটে মানবা
হায়বহু নংগী ওইবগনি।

নংগী লৈজবা খোনানা ওয়মটৈ মীজিগৌ। ফনবা
হোৎমবদা অকিববু কাউখোকখো। নিংলিংউ, বসিমা নংগোম্ব
লৈজবা থাইদগী হেনবা গুণ অহু হাৎনবা লাইবা অমনি।

নংগী হাৎলদা নং অসি অটৈনা ফবগুহা কবা ওয়জে
খল্লীবদো থাইদগী চেলা কিবননি। যহু খাদোকখো। অমুক
হয় থমগমু। মপাকল অহুদা কাওহু। নংবু হাৎকদৌবগি
অকিবা অহু হাৎলু। কৈদৌটৈঙদা অকিবা কাওহনগমু।

অকিবনী হাখল কোইনৎলু, মারখীবা অহু পাইখোক-
বিগনি। মরম আসিদনী মঠে স্নানবা হারবহু ওলগনি।

১৬

থোইদোকপা খর

A Few Tips

মরমু লৈত্রবদি আশান্ত লৈরবোটে।

নংনা মঠে স্নানবা লম্বী পুখোকপাওমগনি।

ধুৎংখীবনিং অহু হেন্দোকহলখো, মখোবনিং অহুনা
মোকলিল্ল।

মীওইবনী মরমদা হেন্না ওললিল্লিব মঠে নংনী অকবনি।
মসিনা নংনী পুল্লিবু কোর অমন্তু মুংঙাইনা লৈহনগনি।
অমন্তু মারখীবনিংবু ভাখোকপদা মঠে ওইগনি।

মী ধুদিংনী খম্মোয়না ওলহল্লু। মছদি, নংগা বা ভান্ন-
বনি অকবা অমনি হারনা। মী ধুদিংনা নংনী মরমদা হার-
বহু; “মুংলিববা মরুপ ! ঐনা নংগীদবক্তা খোরম ধুদিং
পাইখোকনি” মীপুম ধুদিংনা নংগীদবক্তা নিংখিবা হাভাও
ভাওহল্লু।

কৈনোট্টেবা মখাণী ওইজবা থিরোইনোবনি। মরম পুত-
বক্তা মখাণীদবক্তা ওলগল্লু। পাক চাওনা য়েউ। মখোয়না
পামজবহু বংজমল্লু মখোয়না নংনা পাবা ধুদিংমক ভৌগনি।

অভোগ্যশিংগা মরুপ ওইনবা হোংনো। অভোগ্যশিংগী করবা
মিৎবেৎ অহু নংগীশু কারবনি।

পুলি আসি দান্না চেকশিল্পি। করবনা খাইনগী কবনো
অবন্তঃ করবনা অপেংবনো দায়বহু খঙউ। রাখল থাবশিংবু
উনো অবন্তঃ মশোরগী মরমদা নৈনো।

মংডোন্না লৈরিবা থরহু মী থংনা খোরকপদা খঙনবা
হোংনো। মহাকুশা খুদোখোবা কদা মায়োরুগুবা অচোবা
মীওইশিংগী পুলিগী বাকীশিং পাচুতা মশাবু কদবা
লৈয়গংচো। মখে বনা মখোরশিং অহু করজা লৌখোকখিবগে
দায়বহু খঙউ। মংনা অশুগা ভোরবদি, মং শোরদনা মডিক
চাবা মী ওউগনি।

মংগী নিংশিংবগী মরমদা দান্না চেকশিল্পগবনি। মংনা
মহু মখো মংগদবনি। মুদিৎ খুদিংগী হীয়ম খুদিংনা হের হের
কসংনবা হোংনগদবনি। মংনা কখিঙবা অবা কাওরবা
মঙনদা লাউবিক মচা অসিগা ওয়ে। কাউগদবশিং অসি
অবাঙবা অংনি। নিংশিংবা দায়বসি মৈখরগী খুদোল মঙে।
মংনা মসি খোওইনবদি মসি মপাঙ্গল শোংমরকনি। মংনা
মসি মপাঙ্গল কলগাম্বলবদি দান্না চেকশিল্পগদবনি।

অফবা মাজংশিংবু পুস্তীংদা মেকশিল্প; কওবশিংবু মং
খোকখো। মসি অশুগ ওইনগে দায়বসি মখানা লৈরবনি।
মংনা পাচু খুদিংমক মংনা ভোবা ওমগনি। মংগী ইম্বিগী
মডিক লৈরবনি। মহুদা থাংজো। মংনা খুদবা মখুল অমিগ

वर्गो जगत्तुः ब्रह्मणो (ब्रह्मणः) अथायत्त उच्यते ।

ନମୁକ୍ତିଃ ଅହ ଚରେନ୍ନବନମମୁ । ଯତ୍ନ-ଓଡ଼ିଆ ଅନୁକ୍ରମ ଶୁଦ୍ଧ ।
 ଓଡ଼ିଆ ଅନୁକ୍ରମ ମୁକ୍ତିଃ ଚକ୍ରମୁ । ଅନେକା ଅନାମି ଅଜ୍ଞାନା ଅନାମି
 ଶୋଭନାରା ଶେଷମୁକ୍ତି ନିଜବା କାରଣା ଦାବନାମି ଅହ ଓଡ଼ିଆକଥେ ।
 ନମାବତ୍ତ ଶେଷା ବାସହୁ, "ଓଡ଼ିଆ ନାମିକ୍ରମ" । ନମା ଅନୁକ୍ରମ ଓଡ଼ିଆ
 ନାମିକ୍ରମ ଅହ ନମାବତ୍ତ ବାସହୁ । ଓଡ଼ିଆନାମିକ୍ରମା ଶେଷା ଅନୁ-
 କ୍ରମ । ନମା ଅନୁକ୍ରମ ଓଡ଼ିଆ କୁହନା ଓଡ଼ିଆ ନାମିକ୍ରମ ବାସହୁ
 କଲମନି ।

নাঃ বিরহভুগ্ন পুরাণা হাডাড বৈগনি । মোহুতপ, লৈণাক
 মচা ভাবনা নংটোম্ব হেরা পীলিরকণা নসুনা চানিং অমস্ত
 ভৌবনোই ।

অভোগ্রন্থিঃ বাগবৎ । কনা অমৃতনা হরাউ ভরাণব
 বিবো ওমদে । যী ব্রহ্মিঃক হরাউনিই অমৃতঃ হরাউনবী
 অভিকন্ব নৈ । নানা হাতাভকবা যীশি বৃ হতিক চানা হরাউ-
 হনগবনি । অলুদ্রা ননী, মরুণকী মরুণ ওজা ওইরগনি ।

ଅନ୍ତିକ ନୈବା ସୀ ଅବା ଓହ୍ଲୁ ଅବସ୍ଥା ନଂନା ଭୋଗେ ଶନବା
 ଚୌଦାଃ କବା ପାଞ୍ଚୋକନି । ନଂନା ଶେଷ ନୈକ୍ରବନ୍ତ ନଂନୀ ପୁରୀଂଶୀ
 ଅନ୍ତୀ ଅନ୍ତବା ଚାନ୍ଦକୌ ସଜିନୀ ଅନ୍ତି ଅଞ୍ଜିନା ନଂନା ନିଞ୍ଜିବା
 ଅନ୍ତୁନୀ ଯତ୍ତେ ଧନକ୍ତା କଂହନଗନି ।

ନାୟିକା ଆଜି ନିଃଶିଂହକ ସଜ୍ଜା ପାବୀବୁ । ସମିଧି ସମ୍ପନ୍ନା
 ଶ୍ରୀଚନ୍ଦ୍ରିବା ବାଧନାଶିଂ ଆଜି ସଜ୍ଜା ସଜ୍ଜା ସଜ୍ଜୁ । ଯଥୋପାୟିଂ ଆଜି
 ଅଢ଼ୋକ୍ଷାଂଶିଂ ବାନ୍ଧି ଆସିବୁ । ଯେ ଯଥେ ଶାନ୍ତବା ବାନ୍ଧବହୁ କଂଜନମି ।

মংমা নংগী থবক্তা চিংনহুংদি লাইরিক মচা অসি
পাবিহু। মসিমা মৌওই খুদিংগী মঠে চারবনী মতিক হান্নি-
গনি। মসিমা লাইরিক শুধবা, সবকারনী থবক্তা অমহুং
পুল্লিগী থবক খুদিংগী কামবা গীগনি।

লাইরিক অসি নৈনবৌহু।

— — —

মতিক চারবা যোগী অমমা মঠে সান্নবা
হোৎনবদা চঙগদবা শিনফকশিং অচু মখাদা উংলি
Practicals' in Success

by

A Perfect Yogi

১৭

ভাবনা শাখা রাখল

Imagination

মঠে সান্নবা হোৎনবদা ভাবনা শাখা রাখল অসি সান্ন চঙই।

মসি করিবো? মসি পুত্ৰীনা নিংলিবা মূর্তি অচু
আগৎনবা অস্তি অচুনি। নংমা নিংলিবা মূর্তি অচু মপুং ফানা
মংগী পুত্ৰী অচুবা আগৎপা উম্ববদি, নং মঠে সান্নগনি।

ସୌ ଧୂମିଂଶୀ ଡାବନା ଧାବଣୀ ଧକ୍ତି ଅସି ଲୋହିନୀ ଲୈ ।
ତୋହିଶୁବନ୍ତଃ ସସି ଲାବନା ସାଗ୍ରା ଲୁହେ ।

ବନ୍ତେ ସସିସୁ ଧୂସ୍ର ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତି, ସସିନା ବନ୍ତୀନବକ୍ତ୍ର ଅବକପା
ଧବକ କରା ଡୋରକାମି ।

ବନ୍ତେ ଲାବନା ସୌ ଅସିନି ହାବନା ଧକ୍ତି । ଲାହିରବା ଅସା
ଓହିନନ୍ତ ଲୈରେ । ବନ୍ତେ ସନ୍ତମ ଧବଣୀ ସନ୍ତୁନା ଲୋହନା ଲାବନ-
ଗମି । ହିନାକ ଧୁବନା ଅଗ୍ନିକମ୍ପା ଅସା ସସିଶୀ ଧୂସ୍ର ଓହିଗମି ।
ସାନା ଧକ୍ତି, ସନ୍ତୁନି ସହାକ ଅସି ସିଲିଠନିସ୍ର ଅସା ଓହିହୁବନ୍ତ
ହାବନା, ଲୁପା ଲାଧ ଡାବା ଡାବାଶୀ ସମ୍ପୁ ଓହିନନ୍ତ କରାଶୁବା ପୋଠ
ଅସା ଲୈବନା ସହାକ ଅସି ଅଶୁକୀ ସନ୍ତକ ଲାହିରବା ସୌ ଅସନ୍ତମ
ଧକ୍ତି । ସନ୍ତମ ଅସିନା ସହାକ ଅସି ଡାବେନା ସାଗ୍ରା ଲାହିରବା
ଅଗ୍ରମା ସାଗ୍ରୀ ହାବନାବଦି କୈଦୋନୁବନ୍ତ ଲାହିରୈ ହାବନା ଧକ୍ତିବଦା
ସୌ ଅହୁଦଶୀ ହେନା ଲାହିରବା ଓହି ।

ଅଗ୍ନିକମ୍ପା ଅସନା ସାଗ୍ରୀ ନୈହୁନା ଲୈରିବା ଲବ ଅହ ସାନ୍ତ-
ସିଗମି; ହସ୍ତସିଗମି ହାବନୀ ହାବନା ସାଗ୍ରୀ କର ଅସନ୍ତା ଲୈବଦା
ସୌ ଅସନ୍ତମ ଚକ୍ତି । ସହାକ୍ରା ଅସିଶୁବା ଡାବନା ସାଗ୍ରୀ ଅସି
ନୋଂବା ନୋଂସଶୀ ଲାହିରବା ସୌ ଅସା ଓହିହୁବକ୍ତି ହାବନା ସାଗ୍ରୀ
ଧକ୍ତିବଦେ ।

ଲାହିରବା ଅସନା ସାଗ୍ରୀ ଅବଦା ହାବନାବଦା ସାଗ୍ରୀକମ୍ପା ନୁଃ-
ଓହି ହାହିରବା ହାକ୍ରା ହାବନା ଓହି । ସାଗ୍ରୀ ଡାବନା ଧାବା
ହାବନା ଅସିନା ସାଗ୍ରୀକମ୍ପା ହାବନାବଦା ଧକ୍ତିକୁ କବଦାବଦା ସନ୍ତେ

খংদা মণী অনন কনবণী হাথল অসিনা মখাগী নিংজিব্বল
থঙৈজ ।

মব্ব অসিনা নংগী হাথল অসি থবক মাত্ৰা ভৌহল্ল ।
নংগী হাথল ইনহল্ল । চাওথৎপণী থাঙা পুথৎলু । মসিনা
নংগী নপুল্লিগী মক্কাওইবা মক্কা কক্কা মাবোগনি । হাথল অসি
অব্ৰাংবা থাঙা পুথৎচবা অমন্ত্ৰ হাবকচবা উমলবদি মহাকপু
অনৌবা মী অম্বা ওইহনবিম্বকনি ।

শেদগৎ আগৎলিবা পুস্তকী মখাগি ভাবনা লাবা হাথলনি ।
ভাইবংদা লৈম্বিবা অচৌবা অঙকপা পোৎলিং অসি ভাবনা
লাবা হাথলনা পোকপা ভাঙনি । নংগা মসি নিংবিজনা
হাবকচবা উম্ববতনা নংডোন্দা থাইনগী অথৌইবা মব্ব মীকী
মক্কা ।

১৮

যোগবু থবক ওইনা পাংথোকপ

Practical Yoga

মখকী লমাইলিংদা চখৎকীবা থবকলিং অসিনা মহাকী
যোগবু থবক ওইনা পাংথোকপনা লমজিংগনি ।

যোগা হাথবসি কৰিবুদে ? মসিনা হাথবসি মখা
ভাবনা আগৎলিবা হাথল অম্বমকীদমক্কা নংগী পুজিং অম্বম্ব
মক্কাচাংবু মপুং ওইনা লিজিগলবা হোওনবা অম্ববু যোগা

কৌগনি। পুষ্টিং সুখা মঠে যানবিলম্বা হায়বসিন। নহাকপু
মঠে যানবা যোগী অম্বা ওটেনগনি।

যোগী অসি ছৌপ্রবা পোৎ অম্বনি হায়না খট্ট। অসি
অরানবনি। অসি হৌজিক হিংলবা খুৎশেষ অম্বনি। অসি
পুস্তকরা শিজিন্নবা যাবা বিজ্ঞান অম্বনি। যান্না কপ্পা হোৎ-
মরিবা পুস্তকক মসিগী অরানবা থাক অসি য়োব উম্বী।

অচম্বা মীওই অম্বনা উরি মত্ৰদি, যোগনা মীওইবনা
পরাৱ (শক্তি) পীবা উম্বদে। অসি অরানবনি।

যোগনা নংবু শক্তি পুস্তকক লৈহনব উম্বী।

হৌজিকী মত্ৰম্বা নংনা যোগীশিং অম্বতা উবা লৈভে
হায়না খলি। মত্ৰ চুৎদে। মঠে যানপ্রবা মীওই পুস্তকক
যোগী ডাক্তনি।

মথোয়না মথোয়গী শ্রুতিং যদিগী পুল্লিবা যোগভবু
হোৎমত্ৰনা লৈ। মথোয়না মথোয়গী নিংলিবা বাথল অত্ৰদা
পুষ্টিং লুপটৈ। মথোয়গী যোগা অসিনা মথোয়বু মঠে যান-
বনবোরকই।

যোগগী খোংখাং অহম্ব লৈ।

১। চুয়া পন্বা

২। চুয়া হিংবা

৩। চুয়া থবক ভৌবা

মীওই অম্বগী লমচৎভা খাইদগী কপ্পবা মত্ৰদি মশাগী অরান-
বনবোরকই। অতোপ্রলিঙ্গদা দেব পীর্গনি। মানা খলি, মানা

মাইবিস্বিসি অভোপ্লিঃন। মাই লখী থংপননি। মসি
অবানবনি। মসি অচুখা হাখল নতে। নিঃশিঃটে, নঃগী
খাইনগী চাওরবা যেরবদি নখা অসিবক্সা অচুখা খনবা উষদবা
অচুবুনি। অভোপ্লিঃবু মোষ পীবনি। যেরবদিং লেঙ্গপংটে।
মসি মাইবিস্বি বার্জে ন পীবনি। মসি নঃগী কস্তবা হাখলগী
কল ওটগনি। কস্তবা হাখল খনব খানোকখো অচুখা
লখীনা। ৫৫লু। নঃনা অচুখা হাখল লৌখৎলবা যতদনা নঃ
অফবতা বলগনি অফবা হাখল খনবনা নঃবু মুঃগ্রাওহংগনি।

চুয়া হিংবগী অর্থ ন অচুখা খনবগী খবতা মকোক
ওটেরিব অচুনি। যতৎ পুহনা চুয়া খল্লু। নঃ চুয়া হিংগনি।
কস্তব হাখল খানোকখং, নঃগী যেরববা অমস্তা লৈন্নয়েই।
যতৎ অচুনা নঃগী লখীদ কনঃ অফতা লেঙ্গগোই। অচুখা
হাখল খনবা কোরো। নঃগী মরুপকী মরুপা ডাক্ত ওইবদি।
মখোম্বনা নঃগী পুঃস্গী মঠে যানবনা মতেঃ পাঃবীগনি।

অচুখা থবক ভোবা কাচবসি চুয়া হিংনবগী মরু ওটেরা
পেংৎচঃনি। মসি উষদবা কোৎনবদা অমহ কনবা অংসুঃ অস্তাবা
কয়। খাঙবা ডাই। কৈলৌটৈল্লু কাখু কাখুনা পাইখংকনু।
নঃনা ভৌঃস্গীওৎ। হঃলা খল্লু। মসিনা নঃবু চুয়া থবক ভোবদা
মতেঃ ওইগনি। কনাদনু অমানবা অমস্তা ভৌকপনু। কনঃ
মুসু মনুত নাহংগনু অমস্তাঃ অস্তাবা পীরগনু। হাখল নঃলা
অস্তাবা অস্তাবা পীরোটোবনি। ভীঃবু নাঃহন্দবা পাওত'কপিঃ

ইল্লু । নংগী মপুন্নিংলা হুয়া হুয়া নৈনহুয়া খঙবিহু নং অচুয়া
খবক ভোব উয়লগনি ।

নং হৌজিক যোগলা, খোংলাহা যোগী অমা ওইয়ে ।
নংনা মসিগী মঙেমা নংনা তিঙরিবা পুন্সক অমন্তং মক্তি
পুন্সক ক'বা পান্মী । নংগী মালানা হকচাং ক'বা, লন লৈবা
অমন্তং মুংঙাইবু খিবা পান্মী ।

নং লন লৈনিংজা ? মাদি নং নিংই । নংনা মরি,
লনা মুংঙাইবা পুন্সকী হৌরকফহনি । নংগীছ মরমৈখনি
চুয়া । মসিনা মংঙেন্দা মুংঙাইবগী মচাক মরদি পীবা উয়ী ।
ইঞ্জিগী মুঙাইবা হাঘবা অহুনি মসিগী মমুংঙাই অসিগী হাংমদা
লৈ । নংনা মর ওইবা মুংঙাইবলিঃবু পান্মী । নং খোইদনা
মহু কংগনি । নং লনও নরলহু কংগনি । চুয়া খনবা, চুয়া
হিবা অমন্তং চুয়া খবক ভোবা হাঘবসিনা নংগী পুলিগী
অখোইবা লমতিং লম্বী ওইগ'ন ।

নংনা লনবু পামলকণ মডমদা নংনা মরম অহু কংগনা
খল্লু . নং খোইদনা কংগনি । নংনা পুখংচরিবলিঃ অহু অচুয়া
ওইয়বদি, নংনা মহু খোইদনা কংগনি । নংনা মুংঙাইবলিঃ
অচুয়া লখীদা লিজিন্নবদি মর ওইবা মুংঙাইবলিঃনা মজুং
ইয়গনি । মসি নংনা লারা লিজিন্নবদি নং করি অমতা
পাংখোকপা উয়লোই ।

নং যোগী অমা ওইনিংলবদি করা খোংনৌ যোগী
খবগী ইহ'ম হাঘবা পাংখোকদবা লাভেলদি ডুদিয় অতিকপদা

চাওবা অমন্তঃ যহাভী হাংনিঃবু বাস ভৌহুনা বনবা ভাই।
নখাংক লু'ভাইবা কিতবনা থমগনি। নখাণী অহাবা হাথল
পুত্ৰবক খালাকনি। অশুভা হকচাং অমন্তঃ পুত্রিঃ অমিথক
চ'না মিসট ভরাদং ল'লগনি। ল'লোঃ পুত্ৰবক কোণখোক-
বল্লু। ল'লো'না ধুগাইগে লাকপা হাথল পুত্ৰা নংগী থম্মো-
বল্লী হাংবনখো। মসিগী মতু'না কবি ওইবগে হে'উ।

লখন্ত হরা হরা থল্লু। নংনা থল্লিবা অহু মপুঃ কারে
হাথল থল্লিবা মতবনা, যোগবু প'শোকবল্লীমতু'না নং লেখ-
ল'লগনি। মথঃ মথঃ নংগী পুত্রিঃগী অহাবা ল'লিঃ অহু
নংনা থল্লিগনি। নংনা যোগলী থোংখাং অহুপুত্ৰ অসি
কাওবা চংগিহবা থল্লিগনি নং যাইে হাংবা মী অহা ওইবা
থল্লিগনি। হৌলিক নংগী লখীনা কনা অ'লনা অপদবা গীবা
থল্লিগই।

যোগবু পাংখোকবল্লীমতু'না নংনা অতিকপবু পুত্ৰা ভৌবি-
ঠে'না মখাণা গীবিবা মিরহাং অসি থর থনবা ভাই। গীবিবা
পাওভাকনিঃ অসিভবা মপুঃ ক'রে হাংননি লো'য়ে ঠে'দো'নি।
নখাণীমতু'না কালগদবা হেংহুনা নংনা অভোগা কালবা কলীপু
পুখোকপা হাই। মসিনা নংগী নখা মজগা লমচংপু কসং-
গল্লু। নংনা মিজবিবা অপুখা অভোগা মীলিঃগী অহুবা
মজগা লু'ভাইবনিঃ অহুগা হে'ল মজগা নকোইরা থেজাই'হুনা
হাংল'লগনি, নং যাইে হাংব, হাংবহু ওইয়েদনা নংনা অতিকপবা
হাথল ভৌবা মতবক, ননা মথন্ত থমজগদবনি :—

- ১। এই মঠে যানবা গোৱনসি ।
- ২। এই পক্তি লৈবা যী অসনি ।
- ৩। এনা ইণাবু বড়ৈক ।
- ৪। এই কতবা থবক অসন্তা ভৌৱে ।
- ৫। এনা পুয়সক লুংনি, এনা এডোন্না লাকণ বী
খুদিংক মরুপ ডাক্তা ওইগনি ।
- ৬। যী বুহিংনা এৰু পানী ।
- ৭। এই অতিবা লৈভে, খোনা কনা অতিবা লৈভে ।
- ৮। এগী থবক পাংসবা গোৱনববা এগী পুঞ্জি লুগী ।
- ৯। এগী অবাংবা আশাদি যীওইবলিংগী কনবগীমসক্তনি ।
- ১০। এই মঠে যানসনি ।

১৯

অনিশুব লাইগী দুত

The Twin Angel

অনিশুব লাইগী দুত অসি কণামো ?
 যহাক অসি নবাসকী মূর্তি (মণ) নি । যহাক অসি
 লংগী-থনবা ওহগী পক্তি অগনি । যহাক অসি নংবক্‌নি ।
 নংনা মাবু জয় ভৌবা গুয়া । নংনা মাবু জয় ভৌববা
 মতমবা নংনা শংশাব অসি জয় ভৌবনি ।

নংগী মনুদা লৈরিবা হাথল অসিনা ডেবানবদলী দেয়
চাওবনি। তগৎ অসিনা যোগীলিনা থহাই হাওনা পাথজ-
বদি, অসিগুহা উপাদ লৈবা লংখার অসিনি।

নংগী দ্রুত অসি নংন পো'রু'কপনা লোইনরু'বনি। অঙাং
অহুনা মখাগী নাওকহদলী খোকলকপনা মহাকী দ্রুত অসিনু
মাগা লোইয়া খো'রু'কহে। মসি অচবা মীওই অদগী অচবা
মসিৎ অহুনা উবা ওষদে। যোগী সাধন্তু থৌজবা মীওই
অদ্রুতনা দ্রুত অসিনী পুল্লিবু থংজবা ওম্মী। মহাক অসি
মতথ পুন্সমজ্জা মত'কী হাথংতবু ইন্দুনা চংলি।

দ্রুত অসিনা আউকপা থবক করা ভোরি।

- ১। মহাক্সা নংনা প'খা থবক করা পাংখোকপ ওম্মী।
- ২। মহাক্সা মিন্দা কুপ্পদা পৃথিবী অসি থুংনা পাইবা ওম্মী।
- ৩। মানা তুংনা খো'রু'কপনা খো'দোক করাগী হারি লিবা ওম্মী।
- ৪। মনা লাইনা পুন্সমকপু কো'হনবা ওম্মী।
- ৫। নংনা পাথজবা পুন্সমক নংঙোন্দা পুরকনি।
- ৬। মনা নংবু অহাবা অমন্তুং থু'দোংখিবা পু'দদলী কনবা
ওম্মী।

৭। মখাগীদমজ্জদি করি অমন্তা ওষতদে। মহাক্স নংবু
লোইনা থঙহনগনি অমন্তুং নংগী পুল্লিগী থবক থু'দোংখিবা মতং
লীবিগনি।

নংগী মখাগী দ্রুত অসিবু জয় ভৌ। নংনা ওষজরবদি,
নংগী অহাৎপু অমন্তা লৈরগোই। থু'দোংখিবা অমন্তনা নংবু

পুলি মঠে শ্রান্ধিগ্নানি

লৈখা ভাৱনবা ওলোহে । মঠে শ্রান্ধিবনা নংগীদমজ্ঞা জগোহে
খাবিবকনি । হকচাং ফৰা, জনলৈবা অৱস্থঃ শূংঙাইবা হান-
বনি নংগী ওইসদবনি ।

নংনা নংগী চুত এলিবু তপেংনা অহুত্ৰং তৱ ভৌধবনি,
নংনা খীওইবদৈদমজ্ঞা পা খোকদবা চেনবা শ্রাভবা অকবা থবক
কয়গী লোশিং অহু গীবিবকনি । নংনা খীওইব জাতিগী শ্রাই-
কনবগীদমজ্ঞা হানজল্পবা মতবদা মহান্না অবাৰুপ লৈতনা থবক
জৌবিবকনি । নংনা ওৱ তৈৱ মাৰু ফৰবা থবকীদমজ্ঞা
হানজল্পব মতবদা মহান্না নংগী য়েৱগনি হাননা এৱান ভৌৱক-
কনি । এলি মথাগী হাবি এলি পাৱগা তপেংনা থঙবা ওমগনি ।

— — —

২০

অওকপ ৱাৱী অমা

A Wonderful Story

যে গী অমগী মৱমদ শ্রাভা শূংঙাইৱব হাবি অবা লৈৱে ।
মহাকী মমিঃ হৱিৱান কোই মহাক এলি মহান্ন'জ বনজিৎ
সিংহগী মতবদা লৈৱবনি ।

যোগী এলি মথাগী চুত (অম) বু অৱ ভৌধিব, খীলক
অৱনি । মানা ভৌপে থনবা থবক পুৱমক পাঃখোকপ ওগী ।

মহাক এলি মথোৱানা অহু বুধিংবা খোকপ বু ইবগী

হেনরী উঠেখিঃভনা যানী চিঞাক্রি। করিগুণা মতবদা যৌলী
অসিনা যানী দ্রুত অসিবু হিমানবনী খাইদনী রাংবা চৌংদোল-
দনী খাইদনী করবা পানী মচা কহাবরুগুণ লৌহরুগুণী।

মহাকী দ্রুত অসিনা মহাকণ নিঃখৌবেল অবদা ভৌবা
সেবাগুণা ভৌগুণী। পানী মচাখিঃ অসিনী মতেনা কগনি
করবনী আনা উদ্রব অনাবা কহাবু করননি।

হরিদাশনা তুদা খোত্রগদবা খৌদোক করানী দানি
কহবা গুণী। মোংবা মহাকী মোক ১৮৩৯ দা মহারাজ রমজিৎ
সিংহবু থ অহমণী মনুদা শিগবি অহমুঃ মহরাজনা শিগবা
চিঃ ভরানী মনুদা পজাপ্ত চেনরিবা সিখলিংনী আইন অসি
লৌহিগিনি। মসিদা সিখলিংনা অসিগুণা পাওতাক অসি
ডাকখোত্রবা উপাই লৈবিদে। অহুগা যৌলী অসিবু কাজিমুনা
জেলজা থাখি।

জেলার অহুবা দান্য গুণ অহা খোকবি। মোংবা যৌলী
হরিদাশ অসি যান। লৈরিব। জেলনী কা অহুগণী দাত্বেবিদনী।
কা অহুদা পজাবত। লৈরিবা প্রজাপিনা অহুত উবিজিবা
অহকণা উঠেনা থর। লৈরননী।

মুখিৎ থরনী তুদা যৌলী অসি রবি তুরেল মপান্না লৈরহা
থেনরে। সিখ পুলিসলিংনা দাবু থিরননী। মখৌইনা দাবু
কাসে হোংমবদা। যৌলী অসিনা তুরেল মনুদা চৌংখিবিদনী।
পুলিস ককিলার অহুদা কোমটৌবলিংবু তুরেল মপান অহুদা

ସହକ୍ରା ଟ୍ରିଅିଂସିଲ୍ଲି ହେକ କାଠଗଂଜକପଗା କାନବିନିମୟକକ୍ରା ହଜ୍ଜେ
ହଜ୍ଜା ଚଂତୁନା ଲେକକ୍ରାସି ।

ଓକିସାର ଅଡ଼ ସୋନି ଅସିନା ମୁଂ କୁନସିଲ୍ଲି ମଡ଼ୁ କାଠବା
କାଠଗଂଜକ୍ରା ବନା ସିଂବା କାଟିବିରସି । ସୋନି ଅସି କାବା
ଓକିସା ଆନା ଉଦ୍ଧବନା ମୁଲିସିଂ ଅସି ଚଂବିରସି ।

ସତସ ଧରଣି ତୁନ ସୋନି ଅସି ସହକ୍ରା କୋମୁନା
ସାଗି ଅବାବା କରା ବାଢ଼ନା ସାଗି ସୋଗଣି ଅଜିସିଂ ଅସି
କାଠିବିନି ହାସନା ପ୍ରକାଶିନା ବଡ଼କ୍ରା ସହକ୍ରା ବନଜିଂ
ସି ବନା ମେଲନା ସୋନି ବସିନା ଅସି ମିବା ଲେବରୋଟି ଅସନ୍ତଃ
ସହକ୍ରା ବନା ଅସନ୍ତଃ ଅବାବା ଧୁମେଂସିବା ମିବା ଓକ୍ରୋଟି ହାସନା
କାଠିବୋକ୍ରାସି ।

ମୁସିଂ ଧରଣି ତୁନା ସହକ୍ରା ଅସିନା ସୋନି ଅସିନା ସାଗି
ସୋନା ଡୋବା ଓକ୍ରା ଅକ୍ରା ଧୋକ୍ରା ବନା ଲାହୋଟି ପ୍ରକା
ଶିନା ଉଠିମିସୁ ବାସନା ବାସକ୍ରାସି । ସହକ୍ରା ସହକ୍ରା ବାସକ୍ରା
ସାଗି, ଅଡ଼ନା ସହକ୍ରା ଅସିବୁ ସାହିସିବା ମିବା ଓକ୍ରା ଅଜି
ଅଡ଼ ଉଠିବୋକ୍ରାସି ।

ସି ଧରଣି ସାଗି ଅସିନା ସୋନା ଅସିନା ସାଗି ଡୋରୋ ବାସକ୍ରାସି
ଅସନ୍ତଃ ସହକ୍ରା ବାସକ୍ରାସି, “ହେ ! ସିଂ ନାସକ୍ରା ମାନବା ସିଂସି ।
ଏ ଇଂସକ୍ରା ହିଂନା କୁମ୍ବୋ, ଅଡ଼ନା ନାନା ଲୋକ୍ରୋଟି ସତସନା
ଲୋକ୍ରୋଟି ନାନା ଇଂସ ହିଂନା କଂଗାମି ।”

ସୋନି ଅଡ଼ ହିଂନା କୁମ୍ବୋ । ସାଗି ଅଡ଼ନା ସୋନା ହେକ
ହେକ୍ରା ସିଂସି ସେନା ଲାହନା ସୋନି ଅସି ହିଂବା ଓକ୍ରା କୁମ୍ବୋ ।

মহরাজ অহু অহুগুহা অউকপ থবক অসিনা য়ারুবগীদমহু
য়ান্না মুংতাইবিদে ।

য়ান্নমুক উকপ অমনা যোগী অসি মুমিং থুদিংগী অহিংদা
কোমুংদা লাক্সয়ী ।

থা অংগী মতুংদা যোগী অসি যোংফহ অহু ভৌখোকগ
লৌখংলয়ী । পুন্মহুকা মহাক্কা, হিংদুনা লৈরমহু উবদা য়ান্না
উকখিরয়ী । মহাক অসি পূবা থুগদা লৈরমহুগুয়া লৌরয়ী ।
মাগী মমাইদা মুমিং থাগী অকোইবদা ডাল্লিবা মডাল অহুগুহা
মডালনা কোইশিল্লয়ী । মী থুদিংমহুকা থল্লি অহুদি, যোগী
অসি মীওইবা জাতিদগী খোইদোক হেন্নোকপ ঈশ্বরগী গুন
চেল্লাবা মী অঘনি হায়না ।

মহরাজ অসিনা যোগী অসিদা মাগী থাইদোক হেন্নোকপা
শক্তিখিং অসিগী মরমদা য়ান্না থবাই য়াওনা হংজরয়ী ।
মরম অহুনা মানা যোগী অহুদা হায়খি, “অশুক উক্সবা
থবকখিং অসি মংনা করম্মা পাংখোকপগে” ?

“ইশামকী জাম্মা ঐগী ছুত” অশুম্মা থুমখি ।

মহারাজনা হংখি, “মসিনী ছুত অসিবু করিনো ?

যোগীনা থুমখি, “মসি ঐ ইশামকী ত্রক্ষনি (ছুত)” ।

মহারাজ অসিনা থর মপি হোন্দুনা মথা তানা হংখি,
“মংগী মশাবু মশানা থঙজরবা” ।

“মংনা ঐবু ইশানা থঙজরবা ভবীবা উম্মু ?”

“মংনা মছ মংগী মথংগী পুল্লিদা ভমগদবনি । মংগী

ଅଗ୍ନିବତ୍ ସେନନବା ଶେଷ ଖାରୋ । ଯଦ୍ଵାଂ ଇକୁଈ କୁଈନବା ଲାଜ୍ଞ-
ଗନି ।” ହାରନା ଯୋଗୀନା ଧୃସ୍ତି । ସୁସ୍ତିଂ ଅଦ୍ଵୟଜ୍ଞନା ସହାରାଜ
ଅଦ୍ଵା ନାଧିରନ୍ତ୍ରୀ । ଅସନ୍ତଃ ସୁସ୍ତିଂ ଧୃସ୍ତିନୀ ଶୃଙ୍ଗା ଶିଖିରନ୍ତ୍ରୀ ।

ସହାରାଜ ରଜଜିଂ ସିଂହନା ଶିଖିରନ୍ତ୍ରୀ, ଯୋଗୀ ଅସି ସାରଦାର
ଦୟନ ସିଂହନା ଯାଗୀ ଧବଜ୍ଞା ଶିଖିରନ୍ତ୍ରୀ । ସହାରା ଯାଗୀ ଲବୀ
ଧାନ୍ଦୋଜ୍ଞନା ପାପକୀ ଧବକ ଲୋଧନ୍ତ୍ରୀ ।

ହାରବନ୍ତ୍ରୀ ଦୟନ ସିଂହନା ଯୋଗୀ ଅସିନୀ ସନ୍ତେନା ନିଂଥୋ ଓଈ-
ରକ୍ତନବା ଶତ୍ତିକ ଚାରବା ନିଂଥୋ ସଚା କରାସକ୍ତ୍ରୀ ହାନ୍ତ୍ରୀ । ଅଶୁନ୍ତ୍ରୀ
ପାପକୀ ଧବକ ଶୋବା ଅସିନୀ ନିଂଥୋ ସଚା ନାଓଲିହନ ଅସିନ୍ତ୍ରୀ
ହାନ୍ତ୍ରୀ ।

ଅଶୁନ୍ତ୍ରୀ ସିଧ ନିଂଥୋ ସଚାଲିଂବୁ ଜ୍ଞେଂ ତାହରବା ସତୁଂନା
ଯୋଗୀ ଅସିନୀ ଚାହି ଉତ୍ତରଂ ହନୋଈନା ଗାହିରବୀ ରାଜ କୈନ୍ୟା ଶାଗୀ
କୋବୀ ଅସଗା ମୁଂଲିନଜ୍ଞେ ।

ନୋଂହା ରାଜ କୈନ୍ୟା ଅସିନୀ ଯୋଗୀ ଅସି ଧୋଂପାନ୍ତ୍ରୀ
କାଓଂଧି । ଯଦ୍ଵାଂ ଅସିନୀ ସହାରା ଲୟନ ଧୃସ୍ତିକପନି । ସହାରା
ଯାଗୀ ହୁତପୁ ଧାନ୍ତ୍ରୀ ରାଜକନ୍ୟା ଅସି ଅସିଂ ଧୃସ୍ତିନୀ ଯାଗୀ କାନ୍ୟା
ପୁରକହରନ୍ତ୍ରୀ । ଅଶୁନ୍ତ୍ରୀ ଯାନ୍ତ୍ରୀ ଯାଗୀ ଯାଗୀ ଲୟତଂ ଅଦ୍ଵୟା ପେନଧି
ରନ୍ତ୍ରୀ । ଯସିନୀ କଳନା ରାଜ କୈନ୍ୟା ଅସିନୀ ଯାଗୀ ଶୃଙ୍ଗହନ୍ତ୍ରୀ-
ଗାହିନୀ ସନ୍ତକ ଅଦ୍ଵା ଧାନ୍ତ୍ରୀ । କୈନ୍ୟା ଅସି ଧାନ୍ତ୍ରୀ ନାରବା
ଯୋଗୁନ୍ତ୍ରୀ ଉତ୍ତେ । ସହାରା ରାନ୍ତ୍ରୀ ଧାଂଗନବୀ ଶୁଗୀ ଅବା ଓଈରକ୍ତେ ।
ସହାରା ସନ୍ତାଗୀ ପୁଲିବୁ କନଜବା ଉତ୍ତେବଦା ସିଧ ଆଈନ ଅସି
ପାସଲଜ୍ଞେ । ଯଦ୍ଵାଂ ଅସିନୀ ଯାନ୍ତ୍ରୀ ସିଧକୀ ଆଈନ ଅସନ୍ତ୍ରୀ କଜ୍ଞବା

পুকচেল চেলবা যোগী অসি মাংনবা ধোরাং অমা পামলে।

যোগী হরিদাশকী দ্রুত অসিনা রাণীবু যান্না মুংলিখি।
 মায়া রাণীবু মতেং পাংলিংগী। মোংমা যোগী অসিনা রাণী
 অসিগা মুংটাটমিল্লনবগীদমজ্জা অফবা যু থরুগী। যু অহুনা
 মহাকপু জাম মাংনখি। যহুদগী মণাগী ত্রায়া (দ্রুত) অহু
 রাণীগী মহাংদা উৎলরে অমহং মথোয় অনি যান্না নিংখিবা
 হারি করা লাখি।

দ্রুত:— যোগী হরিদাশকী মহাকপু অহাবা ধুনোংখিহনখিবগী-
 দমজ্জা ঐ যান্না মুংটাইতে।

রাজ কৈন্যা:— নংমা ওমগদবা লৈন্নবদি ঐবু থর ভেংবাংবীযু।
 দ্রুত:— ঐনা নংগী নতেং পাংলিংই, অহুবু ঐ ইশারক উপাই
 লৈজদে।

রা: কৈন্যা:—খোজাল হৈরবা দ্রুত। চানবৌহুনা ঐবু মুংলিবিয়ু।

দ্রুত:— ও! পুকচেল চাওরবী ইবেম্মা, নংবু ঐনা চানবৌয়ে।

রা: কৈন্যা:— নংগী চানবী হৈবলিনা খোজাল হৈবদগী নানং
 থোকপা ওমলোই।

দ্রুত:— ঐনা শোয়দনা খোজানবিরবনি।

রা: ক:— নংগী খোজান্না অসিগুবা কজ্জবা বী অসি হাং-
 ভোকপীযু।

দ্রুত:— ঐনাঃ শোয়দনা মহাকপু হাংলগনি।

রা: ক:— অহুবু করবা মতদনা ?

দ্রুত:— খোদোক অহু লাকখিসমু।

রাঃ কঃ— ঐনা নংবু হুয়া হুয়া ঐবু কনবিবু হাঃয়জরি।

দুতঃ— ঐনা নংবু করিগুয়া অমা তাকনি।

রাঃ কঃ— নংমা তাকপদুংক ঐনা ভোগনি।

দুতঃ— নংগী লাম্মীপিং অসি ব্ৰিটিলকী লাম্মীগী মায়য়ে'স্তা
খাজিনখো যোগী অসি মাগী মাপল ভোরিবপিং অসি
লোইনা কোদোকখিগনি।

রাঃ কঃ— মহারা করিগুয়া উমগ্রবদি ঐদি মা'জরেদো।

দুতঃ— নোংবৈ পাইবপিংগী গন পাউদরগী মহত্তা মৈতাল
মকুপপিংগী বোরখাওপিং অহু থ'খো হাঃয়না রাণী জিন্দান্দা
হাঃয়বু।

রাঃ কৈনা অসিনা মা'জোন্দা তাকপদুংক ভোরে। অশুমা
১৮৪২ গী মুক্তগী লানকমদা হাঃয়বা যোং অহুগী থায়াওগী
মহাক মশাক কনজখি।

হৌজিক পাবিরিবাশ'না খনবিরখা রাই, লহুদি করিগী-
দমজ্জা মশাগী দুতপু (ত্রফ) খঙলবা মশাগী দুতকী মতেংবু
ফংজরবা যোগী অসিনা লানকম অহুমা মাইখিখিবনো হাঃয়বসি।
ভাংগেনমক মহাকনা জয় ভোগদবনি, কদুবু যোগী অসিনা
লানকম অহুমা চংবা মতমদা মশাবু শেংদোকচবা হাঃয়বদু থ'দুস্তা
ক এথোকখি। মরম অসিদগী মহারা মাগী দুত অহুদগী মতেং
ফ'ব উথখিবে। পাবিরিবাশিংনা খঙখোগনি মদুদি; ঐখোয়না
ইখাগী দুত অসিদগী মতেং নিজবা মতমদা ইহান হেক হানবদা
ইখাবু অদি থ'ম্মোইবু শেংদোকচব হাঃয়বসি কাওরোইবনি।

২১

নশাগী দুত অসি করয়া খুদুম চনগনি How To Conquer Your Twin Angel

নংগা মতম পুত্ৰবক্তা লোইনদুনভা লৈরিবা নশাগী দুত
অদু খুদুম চনবা খোওং অহুম লৈ। ঐখোয়না মংডোন্দা
পীগদৌরিবশি খাইদগী হেজবা, খাইদগী খুদোংবিবা ম্ৰাওজবা
অমসুং খাইদগী লাইবা খোওংনি।

ভোঙালবা কা অমা খলো। ফক্কাংগিঃ অমসুং শিঃ
অদু অভিয়া মচু (শংবানবা) গী চেনা কুপিল্লি। নজগা
ভৈলিল্লি। মচু অসিগী ফিদা অমসু লৈমাইনা থারো। খোং-
নাও অমসুং মুংশিৎ চংফম অদুম শংবানবা মচুগী মুখল
খনজিল্লি।

ফক্কাং অদুনা অচৌবা হকচাং চনবা মিংশেল অবা মারো।
নশা অদু শেংনা ঈরুজখোক্কাং লেজোতি অমসুমক্ শেংলগা
মিংশেল অদুগী মমাংদা লেপ্পগা মিংশেল অদুনা ডারিবা করাংশিঃ
অদু য়েংউ। অমসু মিনিট তরা মডারোম য়েংউ। অসিদগী
নমিৎ অদু উইলিল্লগা লোংনা ফিদা অদুনা হিপখৌ। নশা
অদু কোমখোক্কাং, নংগী খোপ অদুনা নংগী মিংশেলনা উবিবা
কারাংশিঃ অদু লোইনা চিঃশিনবা ওমবা থলু। অমসু হম্মা
হম্মা হোংনৌ।

নংগী নপুংগিঃ অদু অভোপ্পা মুংঙাইবরোমদা চংহনগমু।

ସରଓଇବା ଅସଂଖ୍ୟତା ଥିଲା । ନିଆରୁ ଲାକ୍ଷ୍ମୀନବା ଓହ୍ଲି ବାଧ୍ୟତା
ନକ୍ତନା ଅତ୍ୟନ୍ତ ବାଧ୍ୟତା ଅସଂଖ୍ୟତା ନଂଶି ବାଧ୍ୟତା ଚଢ଼ନମୁ ।

ଈହାନ ହାନବଦା ମୁଖିଏ ଧରଣି ନଂ କର ଓହ୍ଲିବିବେଗେ, କରନ୍ତା
ସତ୍ୟତା ଲାକ୍ଷ୍ମୀନବା ଅସଂଖ୍ୟତା କରାହେନା ଚଢ଼ିବିବିନି ହାସବସି ଧରଣି
ହୋଇନଗଦବିନି । ସିନିଶି ହେନବି ଅସି ଯାବା ଅସଂଖ୍ୟତା ସେକ୍ଷିନିନି
ଧରଣି (ଲେନବା) ଧା ଅସଂଖ୍ୟତା ଲେନବା ହେନା ହୋଇନଗଦବିନି ।
ସିନିଶି ନଂହୋଇନା ନିଆରୁ ଓହ୍ଲିବା ଜ୍ଞାନ ଧରଣି ପୌରଣି । ସିନିଶି
ସିନି ଲେନବା ଲାକ୍ଷ୍ମୀନବା ଧରଣି ପାଗିନି । ସତ୍ୟତା ଈକୂଈ କୂଈନା
ନଂ “ନିଆରୁ ଧରଣି” ହାସବଦା ଫଳନମୁ ।

ଲାକ୍ଷ୍ମୀନବା ଅସି ସମୁଦାୟ ଧରଣି ଲେନବା ନଂଶି କିନ୍ତୁ
ସୁକ୍ତିଶି ସରଓଇବା ଅସଂଖ୍ୟତା ଧରଣି । ସିନିଶି ଧରଣି ନିଆରୁ
ସିନିଶି ନକ୍ତନା ଅତ୍ୟନ୍ତ ମୁକ୍ତିବିବିନି ନଂଶି ବାଧ୍ୟତା ଚଢ଼ିବିବି-
ନିନି । ସିନିଶି ନିଆରୁ ସମୁଦାୟ ସମାଜ ଅନିଷ୍ଟ ଧରଣି ।
ସତ୍ୟତା ଧରଣି ସମୁଦାୟ ସମାଜ ଅନିଷ୍ଟ ସେକ୍ଷିନି ଚାନ୍ଦନନା ଲେନା ।

ସିନିଶି ସତ୍ୟତା ନଂଶି ସମାଜଶି ଲକ୍ଷ୍ମୀନବା ହେନା ସରଓ ଓହ୍ଲିବା
ସମୁଦାୟ ଓହ୍ଲିବା ଲକ୍ଷ୍ମୀନବା ଅସଂଖ୍ୟତା ପୁରୁଷ ହେନା ଧରଣି । ନଂଶି
ସିନିଶି ଧରଣି ଧରଣି ଧରଣି ସତ୍ୟତା ସିନିଶି ନଂଶି ନିଆରୁ ଧରଣି
ସିନିଶି ଧରଣି ଧରଣି ଧରଣି । ହାସବଦା ସତ୍ୟତା ପୁରୁଷ ଧରଣି ।
ସିନିଶି ସମୁଦାୟ ଓହ୍ଲିବା ଲକ୍ଷ୍ମୀନବା ଅସି ନଂ ନିଆରୁ ମୁକ୍ତି (ହେନା)
ଅସଂଖ୍ୟତା । ସହାୟା ନଂଶି ସାଧ୍ୟତା ଈନଗଦବିନି ଧରଣି ଧରଣି
ଲେନା ହାସବଦା ଆଶା ଧରଣି । ନଂଶି ହେନା ଧରଣି ସହାୟା
ସରଓଇବା ଧରଣି । ନଂଶି ସହାୟା ସହାୟା ଧରଣି ହାସବଦା ଧରଣି

লৈয়ু। কৈদৌটৈদস্তু হাইগিগনি থল্লুগু। হায়রিব' যোগ সাধন
অসি নোংমদা পুং অহরোষ হয়া হয়া হোংনরো। নংগী হোং-
নবগী চাং হোংংংং। অল্লুয়া নংনা যোগগী সাধন অহয়া
নোংমদা পুং তরুৎসোষ লেপ্তনা কয়া (ভোবা) উল্লবা মতম
অহুদা নহাক অসি মপুং ফারবা যোগী অবা ওইরে।

নংগী দুত অসি নংগী যাং-তুদা লেপহনবা উল্লবা মতম
অহুদদি মিৎপেলগী কামবা লৈরহোই। মডোন্দ ন'ডোন্দা নল্লগা
মীগীদমজ্জা কামনবা থবক ভো হায়গু। কতবা থবকী কৈদৌ
টৈদা হায়রুগু ঠগান কানবদা হায়বা ইল্লবা দুত অসিনা নংনা
ভাকপীবা থুৎংমক পাংখোক্তনি। মহাক্রা ভাক্রা হৈক কংবগা
কতবা থবক ভোবা ম'লি'বুদি থুৎমজ্জা লোইল্লিগনি।

হায়রিবা দুত অসি নংগী অনিশুবা মুক্তি ওইবা মরুয়া
নংনা যাবু কৈদৌটৈদস্তু কিরোইদৌবনি। মতম থুৎংমজ্জা
জৈমরনা থু ইদগী হেয়া কয়া লেখোরবা নংগী দুত অসিনা
নংগীদমজ্জা করি অহত্তা মানবা ভোরো। দুত অসিদি মতম
পুৎমজ্জা অচুপদা লৈ। মহাক্রা কমাৎস্তু কৈদৌটৈদস্তু নমথ'ক
ভেঁদে। মহাক্রা নংগী লৈবাক অহুগী আইন অমস্তুঃ মহোলাগী
থুৎশেয়ু ভাক্রা চেলিঃ মানা কনা অমতবু মানবা লিন্দে।
নংস্তু অসিগ মায়নবা হোংনগদবনি। মসিগী ওয়-টৈল্লবনা
নংনা থবক ভোরবদি অখাঙ'বা হায়বহুনা নংবু লৈখা ভাহনগনি।

দুত অসি র'ম্মা থুৎংং থিনবগী মশক ওইরবা জিব অমরি
হায়না লাইরিক থরুদা পল্লি। ম'সি অয়ানবনি। দুত অসিদি

জুংসু বস্ত্রে হিংচাবস্তু নহে । মহাক অসিদি মী মখামজুনি ।
মীওইবগী চুম্বগী দিৎ অসিনা উবা ফংত্রবা মহাক অসি নংনা
যোগ সাধনতবু ভৌজরবদি মহাকপু উজবা ফংগনি । মসিনা
নংগী অরা অনা খুংদা নংবু নিংখিনা সেবা ভৌবগনি ।

নংন হংলিবা ব্রাহ্মি গী পাওধুম পীযু হায়বু । মহাক হংরাওনা
পাওধুমশিং পীরক্কনি । মরক মরজা দ্রুত অসিবু হারংচেগে
হোংনরিবা যেগীশিনা দ্রুত অসি অহানব উবা মতমদা
মখাগী অশুম্মা বা তামৈ ।

দ্রুত :—করিগীরমজা নংনা ঐবু পায়বনো ?

যোগী :—নংনা ঐবু মতম পুন্মজা সেবা ভৌবিগনি মিই ।

দ্রুত :—নংনা করম্মা অদ্রুম্মা নিংলিবনো ?

যোগী :—ঐনা ঐগী পুল্লিবু মঠে যানবল্লীই ।

দ্রুত :—নংগী নশাবু নংনা খঙজরব মতম অদ্রুদা মঠে যানবা
হায়বদো নংগী ওটরগদবনি ।

যোগী :—ঐনা মতম পুন্মজা হোংনজবা ধুদিংমজা নংনা ঐবু
উত্তেং পাংবা পাম্মী ।

দ্রুত :—ঐবু লোইবিরিবা উবংগে ! ঐনা নংগী য়াং ডাক্সা
চংকদি অহুবু মও অমদি লৈ ।

যোগী :—মতদি করিবো ?

মফম অসিদা মও অদ্রু হায়রকই ।

নংনা অফংক্স খনবা মতমদা য়াম্মা চেকশিনগদবনি ।

নংনা ভোরগে হায়না লেপত্রবা অদ্রুগী মতুইয়া খবক অদ্রু

পাংখোকপ ডম্ভবদি নংগী অমাংবা ওইগনি । হায়রিবা মওং
অসি নংনা য়ারবদি, নং মতম থুদিংদা লিংবা থুংলগনি ।

করিগুয়া মতমদা নংগী দ্রুত অসি য়াম্মা লাখিবা য়াওই ।
ভৌইগুম্মসুং মসিগী লাখিবা অসি নংগী মশাগী লাওগনবা অদ্রনা
খোকহনবনি । মরম অদ্রনা মতম পুম্মমক্তা থোপ ইংনা থবক
ভৌ । মসিনা অকাইবা লাক্‌বদা নংগী রাখল অদ্র থোৎ-
হনগদবনি ।

নংগী দ্রুত অসি মপুং কানা জয় ভৌরবা মতম অদ্রনা, নংনা
মাগী মভেং মাইকৈ থুদিংদা ফলগনি । নংনা হংলিবা রাহং
থুদিংগী পাওথুম গীয়কনি । নংঙোন্দা হল্লকদবা অফবা থবকলিং
নংনা ভৌরগনি । নংনা থুদোংখিরবা, বারবা মতমদা মহাক্কা
মভেং পাংবীগনি । নংনা পামজবা পুল্লি অদ্র মহাক্কা শেম্বী-
রকনি । ওইথোক্‌রোইদবা থবকলিং অদ্র লোইনা ওইথোকপ
ডম্ভল্লকনি ।

নংগী ইন্দ্রিবু থুদুম চমগে হোৎনবা মতমদা, মশা অদ্র য়োক-
খতুনা থম্মু, অরাবা খাওবা অমসুং মশাবু খাজগদবনি । মতম
পুম্মমক্তা লু-হেয়া অমসুং থম্ম চেনবা মী অম্বা ওইগদবনি ।

নংগী চিঙ্কাকী মরমদা চেকলিনগদবনি । হকচাংবু য়োক-
খৎপা ওয়া অচ্যা অমসুং থুনা তুমহনবা ওয়া চিঙ্কাক চাগদবনি ।
শা অমসুং মরাই কাবা চিঙ্কাক থাদোকদবনি ।

নংনা চথোকপ মতমদা, নফি মওং তানা শেৎলু ; মশাবু
লিংখিবা মওংদা মুঃডাইহল্লু । হকচাং ফনবগী নিয়ম ডাকউ ।

মহোদয়ী পুণ্ডরিক পুণ্ডরিক। অক্ষয় লাইব্রেরি পাও।
মতম মাংসময়। নংগী তুংগীদয়ন্তা শেল তুংগীদয়।

চিকারী নংগী হকচাং শাবনি। কিজেনা অভোদয়শিংদা
পুণ্ডরিকী মশক ওইহলি। মুণ্ডাইবা হায়বসিনা নংবু হরাওহলি।
মতম নাইবনা পুল্লিগী মতমবু শাংদোকহলি। হকচাং ফবনা
মপান নাইদ্রবা লনথুম পী। শেল তুংগীদয়না নংগী তুংগী
ফিভমবু থেমজৈ। লাইব্রেরিখিংনা নংগী লৌখিংবু শাবনি।

নংনা মঠে ব্রাহ্মবিদ্যালয় মতমকৌশিং অসি চেকশিমদবনি।
মথোইলিং অসি নংনা চপচানা খঙবা উল্লবনি, মৌশিংবু চিংগিনবা
অমম্বু নংগী পুণ্ডরিক চিংগিনবা উমগনি।

নংনা মথোইলিং অসিগী কামবলিং অসি লাইব্রেরি অসিগী
অমম্বু শুবা শক্কা খঙগনি।

২২

চাংয়েং শিং

Examinations

ওইদবদা কিরিবলিংবু করম্বা মৈহংকনি ?

How To Fight These Bug Bears

পৃথিবী অপুণ্ডা অসি চাংয়েংগী শঙ্লেদ অমনি।

ওইদাই পুণ্ডরিক মফম অসিদা পরিকা (চাংয়েং)
ভোগদবা মৌ উল্লবনি।

মতম পুন্নমজ্জা অচ্চম চৎগদবনি ।

পুল্লিগী যিৎ অনিশিমা মোক্কি অমন্তুং কল্পী ।

পৃথিবী অসিমা চাংয়েংনা থল্লি । লাইরবা অচ্চাং অচ্চু শিন্দম-
অংদা চাংয়েংবা কল্পী । মলিগী তুংদা মহাক ইউনিভার্সিটিদা
চৎগনি । মকম অসিদগী মহাক সংসারবা থোংদামগনি ।
অশুন্না জগৎ তাইবংপান অসি চাংয়েংগী চাংয়েং ভাক্কনি ।
মৌএই ধুনিংমক্কা মসিবু মাইয়োক্রগদবনি থল্লুবদা অমাবশুন্না
ভোরিবসি করিগীমো ? মরমদি মথোইনা করিস্ত নত্তবদা
অকিবশিংবু থেংনরুরে । অসিগুন্না অসি ধুমটানশিংগী মবুংডো
যিস্ত থ্রাইষ্ট ফাওবা কি । মহাক্কা অশুন্না হারথি; “ঈশ্বর !
অসিগুন্না পরিক্ষাশিং অসিদগী ঐবু কনবীযু ।” ভৌইগুন্না
মসি ঈশ্বরনদি ঐথোইবু কিহনবা ভোদে । মহাক্কা করম্মা ওমী ?
মহাক্কা কনগুন্না মৌ অমা চাংয়েং অসিদগী কনবিরবা মতমদা,
মৌ অদ্দনা সংসার অসি থাদোক্কো হার

থোনা কবা মৌশিংনা মতম পুন্নমজ্জা চাংয়েংশিং অসি মাই-
পাক্কা মঠে রানথি । নংস্ত শোইদনা মঠে রান্নবগীদমজ্জা শেষ
পাছনা লৈগদবনি । মচুগীদমজ্জা থোরাং ভোচ্চনা লৈযু । নংনা
নশাগী ইন্দিগী অক্কিশিংবু থডজগদবনি । নং মঠে রানজ্বা
মৌশিংগী গুণশিংগী মপু ওইনিংলমগনি । নং বৌজিক মঠে
রানবা হারবচু নংগী ওইয়নি । নংনা লাজেলশিং অচ্চ ভোরো ।

শোইদনা মঠে রান্নবগীদমজ্জা শুমহৎনব অমন্তুং নমহৎনবা
শেষ পাছনা লৈযু । মহৌশাগী ধুংশেমশিং অসি শুমহৎনবগী

ଯଜ୍ଞାଦିଃ ଅଜିତା ନୈ । ଯହୋଷା ନାହିରେଧୌଗୀ ପୋଂ ଧୂନିଃସକ
 ଅସନା ଅସବୁ ଶ୍ରୁୟହଂନି ନକ୍ଷତ୍ରା ଅସଦ୍ରୁମା । ଅସଦ୍ରୁବୁ ଶ୍ରୁୟହଂନି ।

ଅନ୍ତରା ପୁଲି ଅସିନ୍ଧୁ ନଂନା ଅତୋମ୍ନାଶିଃବୁ ନୟହଂଲି । ନକ୍ରମା
 ଅତୋମ୍ନାଶିଃନା ନଂବୁ ନୟହଂଲି । ନଂ କରନ୍ଧା ପାହୁଗେ ଲେମ୍ବୋ ।
 ଅତୋମ୍ନାଶିଃବୁ ନୟହଂସବା ଗୋହଂନୋ । ସୀନା ନୟହଂହନଗୟୁ । ସମିନା
 ନଂବୁ ଅରୋନ୍ଧବା ଶକ୍ତିଶିଃ ପୀରକ୍ଵାନି । ନଂଗୀ ନିଃଜବା ଅନ୍ତ୍ରୀ ମତୁଃ
 ଝିନା ନଂଗୀ ଅପାହୁଡ଼ ଫଂଗନି । ନଂ ଯଥେ ଧ୍ୟାନଗନି ।

অতোম্মশিংবু নমহৎনবা অন্নো নবা শক্তিশিং অসি মী থুংন।
 ভানবা উম্মী। মসি কংনবা হোৎনবা অন্নবা কয়া থাংবা
 ভাই। মখাদা পীন্নিবা পাওতাকশিং অসি ইনগদবনি।

অভোম্মশিংবু নংনা নমহংপা উম্মবদি নংগী পুন্নি অসি
 মট্টে মাস্তবদি হায়ালা লোবা মাই, মরমদি অভোম্মশিংনা নংবু
 নমহংবদি ।

নঃনা অতোপ্পা মৌশিংবু নমহৎকে হোৎনবা মডমদা মখোইশিং
অদুনা নঃনা তৌরিবহু খঙহল্লোইদবনি । মখোইনা অপায়া
খুদিংমক খানোকদবনি । ভোঙান ভোঙানবা মৌঙইশিংদা
ভোঙান ভোঙানবা নমহৎনবা লৌশিংগী চাংয়েং শিজিন্নগনি ।
মরমদি মৌ হায়বসি অমগা অমগা শুকমান মাল্লনবা মরম্মা মখল
অমত্তগী লৌশিংনা মখোইবু নমহৎপা মানে । ডাক্তাৰীবা অসিগী
মতুং ইল্লা নঃনা হাখল তৌয়ে । মিৎনা হেক য়েংবদা মৌঙইবগী
পুন্সিগী জ্ঞান অহু খঙনবা লাইব্রিকশি পাঙ (Psychology)

ছাত্রশিংগী খুদম অহু লোশি ।

কমাগুহ অমগী রাইহদগী ছাত্র অসিনা মাগী পরিকা
লোগদোরিবা ওবা অহু বু যান্না অকিবা কঃওই ।

পরিকা লোরিবা ওবা অহু কিরোইদৌবনি । মহাকপু
লোইনা শিংলব মী নস্তে । নংনা মাবুসু অমরোমদা উত্থীবা
উম্মী । নক্রগা মাবু পংথহল্লু নংগী পাংজ্রবা রাথললিং পুথোকমু
পকুগদবা অমদা কমা ডকশিল্লু ।

নংগী পাওখুমলিংগী মপানগী ওইবা শকফন্বা মহাকপু
সুমহৎনবা হোৎনৌ । যান্না লুনা অমসুং মালহল্লু । ইরিবা
খুদিংমক পাবা থোকুবা অমসুং ফজবগা ইমু । নংগী রাথললিং
অহু অঙকপ রাইহলিংনা ফাজিলহল্লু ফজবগা মরি লৈনবা জ্ঞানলিং
অহুগী মহাও অহুগী মপু ওইরে হায়বহু নংনা মহাকপু ভাশে'না
খঙহল্লু । মাবু অসুয়া হায়হল্লু মদদি, “ঐনা পুস্বমক গীবা
উম্মজবসু রাইহলিং অসিদি ঐনা মুংলিজরে ।”

পরিকা লোরিবা ওবা অহু নংগী মমাংদা লৈতে । নংসু
মাগী মমাংদা লৈতে । ময়ামগী ওইবা মীংয়েংদা নংগী চেলিং
অহু ম'ঙোন্না পুথোকউ মতম অহুদা নংগী পাওখুমগী লাই-
রিকশিং অহুতবু পামগদবনি ।

নং চেকলিন্দে হায়বহু উৎথোকমু । খাইদগী করবা কলম
অমসুং মুক লিজিমৌ । চে অহুগী ওই থংবা নাকন্দা নিংখিনা
থাক্কনি । রাইহলিং অহুনা নিংখিবা রাথল পোকহলগদবনি ।
নংনা রাহং অমগী পাওখুম মপুং কানা গীবা উম্মজবদি, মহু
লেন্না মাংহলৌইদবনি । খঙননবা হোৎনগদবনি ।

নংগী আশাগা ভোগদোরিবা কলগা চান্নহন্নু ।

নিংশিংউ, “অম্মজিনবা হাংবসি বুদ্ধিগী থোরাইনি ।”

অহাংবা থাকী কবিশিংগী লাইনা খঙনবা হোৎনৌ ।

অপঙবা অয়েংপশিংবু লৌথোকউ ।

মচং ওইবা মচাকলিং পীয়ু ।

চান্নবগী রাখলভদা লৈগনু ।

কাওগনবা রাখলশিং থাদোকথো, মথোয়বু নিংশিংবদা মভম
মাংহন্নগনু ।

নশাবু নশানা নন্দাক্রা তাকচৌ । (ব্যাখা)

নংনা কোংদোক্রীবশিং অহুদা কবিশি রাখল চেম্বা হোৎনৌ ।

নরোশিং শিজিন্নৌ, অচুয়গী মভৌ লৈগনু । হিরম থুদিংনা

হৈশিংউ চম্মনগদবা রাখল পুথোকনু ।

লৌশিং মাংলবদা ফজরবা হারিনা নহুংশিন্নবা হোৎনৌ ।

হারি অহু অডোয়গী ওইহল্লোইদবনি । মাংশ্রিব বুদ্ধি অহু হারি
অহুগী মভেংনা খঙনবা হোৎনগদবনি ।

নংনা কবিশিংগী রাইহৈশিং অহু খঙলভুবা মভমদা, মথোয়গী
রাখলশিং অহু নশাগী লোন্না পুথোকউ ।

পরিষ্কাশিংদা নংনা নংগী মভম্বু উয়মথৈ শিজিন্নগনি ।
মিনিট অহা ফাওবা মাংহল্লোই । নংনা কুপ্তা খাইদোকদবনি ।

মভম পুয়দা মঠে যান্নবা থন্নু । করিগুয়া অমনা আশা
কাইবা ভোগনু । পুয়িং লুপকনি । ইশাবু খাজবনা মঠে

যানকনগনি। অকিবা অমসুং নিংবা কাইবশিংনা থবক উমদবগী
অতোপ্পা মিংশিংনি।

নং মঠে যানবগী খোংখোং নিপাল কায়ে। নতুং হন্দো-
রক্সু মঠে যানবগী মূর্তিগী মশক ওইবা য়্হী অহুদা কন্ন
কোন্নু।

নং লাইরিক অসি নৈনরে হায়বসি থলে। অপাখশিংগী-
নমজ্জদি মসি খোইনোক্কা পুন্নিং চংবগী মতিক চারবনি।

নমাংনা লৈরিবা মৌশিংবু নমহৎপ উন্নবদি, নংঙোন্দা জয়
ভৌবগী গুনশিং লৈয়ে হায়না লৌয়ে।

নংনা মত্ছ ডাকদবনি। নিংখিবা শকফম লৈমবা হৌৎনৌ।
মরম অহুনা নশা ফনবা অমসুং ফিজৎপু য়্হা চেকশিন্নগ-
দবনি।

মত্ছ লৈবা থিবিজ্জা অতোপ্পশিংদা নেলুকদবনি।

কান্নজ্জবা পোস্তাশিং খৌরাংঙোইদবনি

করিগুন্না মত্ছদা নশাগী হাথুবা (চনিং ভানবা) মভৌ
উৎলোইদৌবনি।

নশাগী মরমদা বারি শাক্সু। মসিনা নংবু অহাবা পীরকনি।

নংবু বাহনগে লাকপশিং অহু খৌশাক্সু

নংনা নমহৎকদৌরিবা যী অহু য়্হা থাগৎপীযু।

মাগী নাপল অহুনা মুংঙাইহন্নু।

মত্ছ পুন্ডা ইহান হেক হানবদা খৌজানগী মশক ওইবা
থবক অমা পাংখোক্কা হৌৎনৌ। নশামদা খুনিংমত্ছা মুংঙাইহন্নু,

নতুন। অফবা অমসুং অরাংবা খাঙা পুথংলকনি ।

খল্লবদা মতম খাংহনগনু । মঠে খাংবা য়েংকনু ।

অভোম্মশিংগী অহোবনিং অতুনা তুমিমা লৈখোকউ ।

মীনা হংলক্তুবদি নংনা কৈদৌটৈডনা পাও পীরুগনু ।

(অঠে আপা শারুগনু)

নংনা ফোংদোকে নিংদুনা থিরিবা বাখলশিং অতুগী মচেং
খজিক্তং হেক নংগী মরুপশিংদা খঙহল্লুবা মতমদা, মতুন নংবু
মমহৎনবগী অকনব শক্তি অমা ওইগনি । নংনা নংগী মরুপকি
মনাক্তা চেংলো । নংগী থৌনা অসি তাকখোকউ । নংমাং-
লগনি । নংগা রান্না চেকশিন্না মসিগা লৈমিন্নো । অসিগুহা
শক্তি অসি মাংহনগনু । নশাদা তুংশিন্দুনা থাম্বু । মশাগীদমক্তা
শিজিন্নো । নংনা কাম্মদবদা শিজিন্নবদি পামলকপ মতমদা
শিজিন্নগে ভৌবত্ৰ উম্মগী আশা ভোরুগু । মরম অতুন অগুমা
নিংলিবা অসি চেকশিন্নগদবনি ।

করিগুহা মরম অবদা মম্মাই কাবা বাখল ভোরুগু ।
অরোনবা খবকশিংদা নংগী মরুপ মপাংলিংবু নংগী বাখল অতু
খঙহনগনু । অসিনা নংগী অংংবশিং (অহোবনিং) অতু
খঙ্ থিগনি । নংনা ভৌজরিবত্ৰ মঠে য়ানব; উম্মজবদি, মখোয়না
ইকাই ধুম্মরম্ভু মাংথিগনি ।

অভোম্মশিংগা লোইনবদা রান্না হৈশিংগদবনি । অমসুং
ভোঙানবা মওন্দা খম্মগদবনি ।

পুল্লি অসি নেকপণা কল্পগনা ধনবনি । মঠে স্নানবা
স্নানবা হাচবসিস্থ অ'স'গুণা মিত্রা'গুণা মহুয অসিদা শাসিবনি ।
নানা নংগী পীরা'নি'বু ভোড়ালহনবা উল্লবনি, নং মোক্কীং-
বরোহদা লাক্কনি । নানা হোৎনজরিবা অপুয়া হৈশিংনা
হে'ৎনজরবনি, মঠে স্নানবগী লুহপ অত্থ লোইদনা উপকনি ।

২৩

হেজ্জা নমহংপা Active Influence

নানা মী অধবু হেজ্জা নমহ কে নিংবহু শোরদনা উমগনি ।
মী অহুদা চপ যু'বা মিৎয়েংপা লোইননা বারী শাউ ।
মাগী মিৎ অনিগী মরুজ্জা লৈবা নাতোন মরুদা নংগী মিৎয়েং
ধমগদবনি ।

অহুবু য়েংহুনত লৈয়েই । মরুজ্জা অমুক নংগী মিৎয়েং
হোংগনি । অহুবু মশানগী নংগী মিৎয়েংদি হোংদোকলোই ।
হায়বসিদি নিংশিংউ । নানা মাগী কয়াৎকী শরুক অমদা য়েংহুনা
লৈগনি ।

নানা নিংলিবা অহু পাংখোকে হায়হুনা বারী শা'বা মতদনা
ভাংগনা মাগী নাখাং অহুদা য়ান্না চেৎনা মিৎফম হোংদবা
মিৎয়েংদা য়েংগনি ।

বারী শাবদা মশাবদা বাইহে স্নানদনা, য়ান্না শেংনা অমহুং

ଅଳ୍ପ ଲେବା ସଂସ୍ଥା ଆଗମନି । ନଂନା ଡାଂବା ସତ୍ୟମା ନଂଗୀ
 ସିଂ ଅଛୁ ଯାଣି ନିଧାନୀ ହୋଦୋକମୁ । ଓହ୍ଲବନି ସହାକମୁ ନଂ-
 ଡୋନ୍ଦନୀ ହୋଦୋକସିନବା ହୋଦୋ ନଂଗୀ ସିଂ ଅଛୁ ସହକ-
 ଲୋକମା ଦେବ ସେଂଥେପା ସତ୍ୟମା ସହାକମୁ ନଂଗୀ ନରା ଲୋ-
 ବନି, ସତ୍ୟ ଅସିନମୁ ନଂଗୀ ସିଂସେଂ ଅଛୁ ଯାଣି ନାତୋନ ସହକ
 ସାମ୍ବା ଧୁନା ଅସମୁ ମୁନା ସେଂଶିନମନି । ସହାକ ଅସି ନଂନା
 ନୟହେଲମନି । ନଂନା ସାବୁ ଲିଜିମନିବା ସଂସ୍ଥା ଲିଜିମନିବା
 ସାଗନି ।

ନଂବୁ ସିନା ନୟହେଲେ ହୋଦୋକମା ସତ୍ୟମା ନଂନା ନଂଗୀ
 ସିଂସେଂ ଅସି ଅତୋନା ନାକନ୍ଦନା ସେଂହୁନା ଲେବନି ନୟହେପା
 ଶୁକମା ସାଗୋଇ ।

ଅଛୁଗା ବାବୁ ଆଗମନା ସତ୍ୟମା ନଂନା ସାହୁନା ସେଂସୁବନି
 ଲୋହିନା ନଂବୁ ନୟହେଲିନି । ନଂନା ନିଂଲିବା ଅଳ୍ପ ଅସି କମା
 ସାମ୍ବା କରବେ ହାସବନି ମରସ ସେଂହୋଦୋକେ । ନଂନା ସିଂ ଅଛୁ
 ସତ୍ୟମା ଥାଲିବା ଅଛୁ କମା ଓହ୍ଲବନି ଯାଣି ସତ୍ୟମା ନୟହେଲିନି
 କରବେ ହାସବନି ସହାକମୁ ନଂଗୀ ନୟହେଲିନି ଶୁଂହୋଦୋକେ
 ଲୋହିନି । ହାସବନି ସହାକମୁ ନଂବୁ ଲାକନିନି । ଶୁଂହେପା
 ହାସବନି ନୟହେଲିନି ଅକନବା ଶୁଂ ଅସନି ।

ହେଲେ ସିଂ ଅଛୁ ନୟହେପ ଓହ୍ଲବେ ହାସବନି ନଂଡୋନ୍ଦନୀ
 ସାମ୍ବା ଲୁକିନି ଚଂନା ଅରେନା ସିଂସେଂ ସେଂସ ଓହ୍ଲବ ହୋଦୋକେ ଅସି
 ସାମ୍ବା ଚଂନବା ସାଗନି ।

ସିଂ ହୋଦୋକେ, ସହାକମା ଡାକନିନି ଅସି ଲିଜିମନି ।

অকোইবা লকয়েং মিংশেল অংগী বরাইদ', পীরা কোইদক
কোইবা চে অমা নপশিল্লি। মিরিট তরংং মিং কুন্তা মতুদা মুয়া
য়েউ। খোরম অংগী নপুংগিঃ লেঙ্গু। মতুদা অরেঙ্গা অংগী
লোইননা য়েংগদবনি। অতুদগী নশাগী নদি অতুগী নাতোন
মকুদা য়েংলো।

পাটৈ অসিনা নংবু চেংনা মিংফম হোংদনা য়েংবা উৎগী
মণু ওইবগী লক্তী অতু পীবীরকনি।

নংনা উৎমমৈ হোংদরো। হোংদবনা নংবু মপুং কাহন-
গনি। হোংদজবনা অচোবা চীংজ'ও কাওবা জয় ভৌই।

মিংফম হোংদনবগী লাডেল ভৌবা মতমদ, খর চনিংভানা
লাংনা হোনবগী অরাবা অসিনু খাংবা ভাই। চনিংভানা
হোনবনা অতোঙ্গশিংবু নমহৎপ মতমদা লক্তি য়ায়া পী।

অয়ুক খুদিংগী অহাওবদা মিংশেল অংগী কয়ু। নচিল
খুমজিল্লু। খর ভপ্পা হে জিন্দুনা নংগী খবোখী অতু চাওখোকহল্লু
অপুয়া খর অতু সেকেক মডাংং খি'তুনা থয়ু। অমন্তুং ভপ্পা
হোন্দোকউ।

অপুয়া অহানবদা খর অসি সেকেক মডাংং খিংবা ভমগনি,
অতুদগী মথং মথং হেয় লাংখনা খি'বা উৎগী লক্তি লৈনবা
হোংদগনি।

য়ায়া খুনা খর হোন্দোক হোজিল ভৌরোইদবনি। উৎ-
মমৈ ভপ্পা হোয়গদবনি।

খর লাংনা চনিংভানা হোনবা হায়বসিনা মঠে ব'য়বা

হোৱেনবদা পুন্নিংগী পাজল যান্ন গী । মসিনা মঠে যানবগী
অৱাবা থাঙ্তা পূৰ্ণলকপদা নংবু পাজল কয়বা হিলাক ওইহল্লি ।

২৪

প ক্লিংগী অকনবা জৈথকপু থামজিনবা Check of Passions

নংনা মঠে যানহনগে হোৱেনবা মতমদা নংগী পুন্নিংগী
জৈথকশিবু থামজিনবা তাই । জৈথকশিং অসিনা হুংদুনা লৈৱা
মঠে যানবগী লখী শেখী । জৈথকশিংনা লাকশিনপ্ৰবদি নং
মাইথিবা হায়বদু ওইগনি ।

জৈথকশিং অহুদি, হে'জুয়া যুংশিব, কিবা, অৱাব,
থুদোংথিবলিং অসিনি । মটোইশিং অসিনা নংবু পাথংহল্লি ।
পাথংপ হায়বসিনা নংগী মঠে যানবগী ৱেজবনি ।

অশাওবা অমসুং শাওনা থবক ভৌবন পাজলগী শক্তিমা
ভৌবা থবক্তা যান্ন যৈথ উবা গী । কশাগুয়া অমবু অশাওবনা
নমহংপ্ৰবদি মকাক অদ্ৰ অপওবনা নমহংপ্ৰবনি । অতম্বা পুন্নিংগী
গুণ চেলবা মটোইশিংগী মম্বিত অশংবা জু'য়া অকনবা
মৈশাগুয়া চংহল্লি ।

নংগী লমহেলবা পুন্নিংগী জৈথকশিবু থামজিল্লি । নমাবু
হায়কচবা হায়বসিনা মঠে যানবগী লখীদা চংদবা যান্নবনি ।
জৈথকশিং অসিনা মটোইবগী পুন্নিংগী ভৌবা উম্বগী শক্তি গী ।

অসি ঐধোই অন্নান্নী ওইয়া ভোবনা যারে হারনা লোরনি ।
অহুবু ঐধোই অন্নান্না পুলি অসি মঠে যানে হারনা খনজা ? নভে ।
মঠে যানখিবদি মীওই খরদনি । মঠে যানজাবখিলা যথোইনী
পুন্নিগী জেথকলিংবু ফাজিববা উম্মী । যথোইনী পুলিন্দা মুংলি
মুং ওম্মী বাথল চংদে অন্নান্না পুলিবু লাইয়া খনদে ।

নংনা হার অহুদি নংগী চরান্নরক পুন্নিবু হারকপা উম্মে ।
নংনা মহোলাগী হৈনবা ওইয়া মরঙ্গা যথোইলিং অসিগী জেচেন্দ্রা
চেনমিলে । অহুনা নংনা নিংজরিবা বাথল অহুগী ওম্ম তৈনববন্থ
চেনখিদি । মরঙ্গ অসিনা নংনা খাজো, অসি হারকপা যান্না
ঝুবনি । হাবনি ।

অসিওখা জেথকলিং অসিবু হারকচবতনা নংগী পুলিবু মঠে
য়ালহনগনি । মীয়ায় নংগী মরা চেংনা লৈরবা গুণলিং অহু
য়েগদবগী কোইয়া পুলিন্দুনা লৈরে । নংনা কুজবলিং অসিবু
শীউনবা মডবদা, মীলিং অহুন্নু নংবু শীউনরকনি ।

নংনা মলাবু হারজুনা খল্লিংবগী মও অহু খঙলিংগনি ।
অসি ভাজুনা লৈরে । পুন্নিগী জেথকলিং অসি খনবা মডবদা
নংগী মরেংবান অহু নিংখিলা কন্দোঙ্গা ফম্ম নজুগা লেঙ্গু । নংগী
খর অহু চিংলিঙ্গা যথোই অহু ওম্মমঠে চাওখোকবল্ল । তেংবান-
বগী লেংলি পাল্লিবলিংগী মরঙ্গা নংনা যান্না হান্না খনবা মডবদা
অহুগী কল অহু মবুক অহু কোলশিন্দুনা চাকখাওগী যথান্না ফম্ম ।
নংগী খর ভগ্না হোন্দোজনি । অশুয়া ভগ্না অমুক হোজিনগনি ।
অশুয়া মিনিট অহুদদগী মডা কাওবা হোনগনি ।

মসিমা নংগী পুন্নিংগী জৈথকলিংবু কাজিনবদা মতেঃ ওইগনি
নংগী শাজেল অসি ইয়াই লাইনা পাংখোকপা ওমদ্রবনি, অইং
জৈলিং গ্লাস অমা থকউ। মসিমা নংবু চুয়া ওমদ্রবনি। মসিগী
তুংদা নংগী শ্বর অহু যান্না ভগ্না অমদ্রং শাংনা হোজিল্লু। অহুদগী
ওমদ্রবৈ ভগ্না হোন্দোকউ।

নংগী হায় মদ্রদি মৌয়ান্ন অসিগুয়া পুন্নিংগী জৈথকলিং অসিনা
মঠে যান্না। মসি অয়ানবনি। মখোইদি মঠে যান্নবগী হোংনবা
মতদদা মখোইগী লাকওমদ্রবা পুন্নিংগী জৈথকলিংবু য়াওহন্দে।
মঠে যান্নবা মতদদা মখোইলিং অহু লৌথৎলি। অশুদ ভৌবদগী
মখোইগী হেম য়াংলিনগদবহু অপনবা ওই।

২৫

মঠে যান্নবা শাজেললিং

Exercises for success

ভুগিন্না পোখাউ। শ্বর শাংনা হোছৌ। নমাই অহু লুকথহুনা
কন্সুং অমদা হিপখৌ। নশা কোয়া লেং-খোৎপদা য়েৎকদবা
নকি নরোললিং লৌখোকউ। যান্না য়াংল হহুনা অমদ্রং কনি
অমদ্রা থন্দনা মিনট অমরোয় লৈনবা অশুদ হোংনৌ

নংগী পুন্নিংগী মিং অহুদা নংগী নিংজরিবা কল অহু যান্না
ইংনা পুল্লিকউ। মসি নংবু মুঙাইহনবা ওয়া হকগাং কবা,
লল লৈবা নত্ৰগা অই অতোমলিং ওইবা য়াই। নকোক অহু

হাঙ্গলতুনা ভপলপ্পা য়ান্না মুন্না অয়েপ্পা য়িৎয়েংদা ননাভোন
মতোন্না য়েউ । মতথাক অহু ভাওথোকহল্প । মতথ অহুমক্কা
অবুত্তা অমুক চিংগিল্লু । মতথ থরা থিংলপ্পা নথমাক অহু পীকথ-
হল্প । মসিনা নংগী নপুক চাওথৎহনগনি । মতুংদা নপুক অহু
পীকথরকনি । মতুংদা অমুক হন্ন পুরুংদা চিংগিল্লু । মসিনা
থবাক্তা য়ৌরকনি । অশুন্না নংনা উম্মমথৈ মতথ য়ান্না হোৎনৌ ।

অসিনী তুংদা মথকলোমদা য়েৎৎতুনা অম্ম য়ান্না ইংনা
পুন্নিং বহুবা মত্তুংদা ফম্মু । নংনা মিলিবা অহুগী পান্দমকম অহু
অভৌবা চেজ্জৎ অংদা ইরৌ । মতুদা মিনিট মত্তারোম য়ান্না
পুন্নিং চংনা য়েংগনি অম্মম্ম নপুন্নিং অহু রাথল অসিনা ইনলিন্দুনা
পান্দমকম অসিনা হন্ন হন্ন থল্প । নংগী পুন্নিং' চপ চানা নংনা
থলিবা অহুগী পান্দমকম অহু য়ৌরবা মতথদা মিনিট তরা মত্তারোম
ননাভোন মতোন্না য়েউ । অশুন্না পান্দমকম অহু ফংগে হাঙ্গনা
নংগী পুন্নিংদা হন্ন হন্ন চথৌ । নংনা হোৎনরিবহু ফংগনি হাঙ্গনা
থাজবপা লোইননা থল্প ।

অসিগুদা য়োগগি মতেংনা অউকপা থবক কন্না নংনা
পাংথোকপা ওমগনি ।

২৬

শ্বরগী পাইশৈনা মঠে য়ানবা

Success through the breathing system

অম্ম হোনবগী নিয়ন্না য়ান্না লোৎনা লৈরবা মঠে য়ানবগী
পাইশৈনিবু মীওইবদা থহল্লি ।

ঐখোইনী নাভোন মথুল অসি লৈ। অসি অসিদা ঐখোইনা
শ্বর হোমি। অতুবু হোনবতদি চাং হান্নে। করিগুয়া মতমদা
য়েৎনা হোমি হোমি। অশুয়া ওইনা অমুক হোমি হোমি।

থবক খুদিদা খোনা কমা মঠে যানহনগে হান্নবদি, নংগী
শ্বর হোনবদা চাং নাইবা ওম্ববা হোৎনবা অমন্তুং মসিবু নিম্বম
নাইহনগদবনি।

যোমীশিংনা মসিগী অচুখসি -মতম কয়গী মমাংদগী
থঙনবনি।

নাভোন মথুল অসিসি অমগা অমগা পুং অমমমলৈরগা
শিন্নৈ। মুমিৎ খোরকপ মতমদা য়েৎনবা নাভোনা হান্নাশ্বর
হোনগনি। মসিগী মতুং পুং অমা লৈরগা ওইনা শিন্নগনি।
করিগুয়া মতমদা মুমিৎ খোরকপদ ওইনা হান্না হোনবন্তু য়াও-
গনি। অশুয়া য়েৎনা অমুক শিন্নগনি। অসিগী নিম্বম অকরবা
লৈবোই। অতুবু নংনা নিংবা মতুং ইয়া শ্বর অসিগী লখী
হোংহনবা ওম্বগনি।

ঐখোইনা খাজবদি পুর্নিমা মতুং থা শিখরকপা মতমদা
নোংনা, মিনি, হুয়া, তরেৎনি, নিপাশি, মাপশি, তরাহুহনোইনি,
তরাহুহনি কোনবা অসিদা মুমিৎ হেক খোরকপদা শ্বরনা ওইদা
লৈগদবনি।

অমুকা খাশি মতুং পুর্নিম ওইরকপদা শ্বর অসি অহানবা,
অনিশুবা, হুয়াশুবা, তরেৎনিশুবা, নিপাশিশুবা, মাপশিশুবা,
তরাহুহনোই, তরাহুহনিশুবা অসিদা য়েৎনোহন শ্বর লৈগদবনি।

মখাগী মণ্ডে অসিদা শেংনা তাল্লি

পুর্নিবা মতুং খা লিখরকপদা মুমিৎ খোরকপদা লৈগদবা খর
খাশিগী খাবান

নাভোন মধুলগী

মোংমা কোনবা	ওইদা
নিমি "	"
হুমনি "	"
মরিনি "	য়েংতা
মঙানি "	"
ভরুফনি "	"
ভরুংনি "	ওইদা
নিপানি "	"
মাপনি "	"
ভরানি "	য়েংতা
ভরাখাখোইনি "	"
ভরানিখোইনি "	"
ভরাহুমদোইনি "	ওইদা
ভরাবরিনি "	"

পুর্নিবা ওইরকপদা, মুমিৎ খোরকপদা লৈগদবা খর
পুর্নিবাগী খাবান

নাভোন মধুলগী

মোংমা পানবা	য়েংতা
নিমি "	"
হুমনি "	"

পুন্নিয়াগী থাযান	নাভোন যথুলগী
যয়িনি পানবা	ওইদা
যঙানি "	"
ভরুফি "	"
ভরুংনি "	য়েংভা
নিপানি "	"
যাপনি "	"
ভয়ানি "	ওইদা
ভরাযাখোইনি "	"
ভরাখিখোইনি "	"
ভরাহুয়দোইনি "	য়েংভা
ভরাযয়িনি "	"

অগুয়া খর হোনবগী নিয়ম আসি যশা কবা যী অমরা
য়েংলসি। যসি যী অদ্রুগী যশা কবগী অমহুং ফিভম অমহুং যতযগী
যতুং ইয়া হারয়িবা আসি খেরগনি।

যথক্তা পীরিবা নিয়ম আসি দুমিৎ খোরকপা যতযদা লারা
হোয়বদি নং যশা কজবনি। নশানা যসিগীদমক চুয়বা যাপ্রা
চেকলিনগদবনি। যশা কবা যী অমগী অকবা য়াথলসু চংদবা
য়াজবনি।

পুন্নিংগা যয়ি লৈনবা জ্ঞানগী লজিতনা যঠে য়ালবরি
হারবসি চৈননিংভাই লৈতে। অদ্রুবু অসিগুয়া জ্ঞান আসিদি যশা
করবা যীগী পুন্নিংভনা শেখীবা ওয়া। অদ্রনা হকচাং কহনবা

ভাবনি। খর হোমনবী নাভেল অসিনা মথাবু কগৎহনবী খাইদনী
হেল্ল করবা নিয়মনি।

নংনা হৌতিক খর অসি পুং অমমম লৈরগা নাভোন মথুল
অমদগী অমদা করআ-হোংই হায়বসি থঙলে। য়েংখংবা নাভোন্না
কজন। হোল্লিঙেদা ওইখংবা অসি দাঙ্গা শোন্না তপ্পা হোনগনি।
করিগুখা মতমদা নাকল অমতম হে ন্দুনতা লৈব রাঙই।

খরনা নাভোন অমদগী অমদা হোংলকপা মতম
অসি মী অতুগী অরাবা মতমনি। কৈনৌঙেদম মতম অসিনা
অকবা থক অমতা ভৌব হৌকুমু। মসিনা নিংবা কাইবা অমমুং
অরাবা পুরকনি। করিগুম্বদম মসিনা মী অতুগী পুল্লিবু ধুদোং-
খিবা থোকহল্লি। খর অসিনা মপুং ফায়া হোংলবা মতমদা
নংগী অকবা থক পাইখংপা য়ারে, মজ্জবদি নং অরাবা ভাগনি।
অসিগুখা অরাব মতম অসিনা নংনা কনাগুখা অমতমমু হা ডাং-
লোইদৌবসি হায়বসি থঙগদবনি। হাম্মনা হারি নাহুনা লৈরম্বমু
মতম অতু লাক্সবদি নংবু চানবিনবা অমমুং নশাগী কাম্মনবগীদমজ্জা
করিগুখা অমত হায়জ নোজব ভৌকুমু। মতম অতুদা নং তুমিরা
লৈখোকপনা হেল্ল কৈ।

মতম পুঞ্জমজ্জা নংনা কনাগুখা মী অমদা নশাগী কাম্মবগী-
দমজ্জা হা অতু হৌদোকপ মতমদা খর অতু করখ করখ নাভোন
মথুলদা লৈবগে হায়বসি য়েংগনি। য়েংখংবা নাভোন্না লৈবা
মতমদা খোল্লবদি নংগী হেল্ল অকবনি (খোইত্রবনি) থঙগনি।
মথস্ত মঠে দাঙ্গে হায়না থনজৌ। মথস্তা হায়ত্রব, মী অমবু

କରନ୍ତା ନୟତ୍ତଦମେ ବାସବତୀ ନିସ୍ବସିଂ ଅନ୍ତ ନିଜିସ୍ବତ୍ତା ସୀ ଅନ୍ତୁ
ନୟତ୍ତଦମେ ।

କଥା ନକ୍ତାଗା ଲେଖିବା ସତ୍ୟତା ନଂଶୀ ଧରଣା ସେତେଲୋକା ଲେବା
ସତ୍ୟତା ସୀ ଅନ୍ତ ନଂଶୀ ସେତେଲୋକା ଲେଖିବା । ଓହେନା ଲେଖିବା ଓହେ-
ରୋକା ଲେଖିବା । ବାସବତୀ ଲେଖିବା ସତ୍ୟତା ନଂଶୀ ଓହେ
ନକ୍ତାଗା ସେତେ ଲେଖିବା ଅନ୍ତ ବାସବତୀ ଲେଖିବା । ଚୌକିନା
ସାହେବେକା କାନ୍ଦିବା ସତ୍ୟତା, ବାସବତୀ ଲେଖିବା ଲେଖିବା କାନ୍ଦିବା
ସତ୍ୟତା ନଂଶୀ ସେତେ ନକ୍ତାଗା ଓହେ ଲେଖିବା ବାସବତୀ ଲେଖିବା ।
ଧରଣା ଲେଖିବା ଓହେ ଅନ୍ତ ବାସବତୀ ଲେଖିବା ।

କିନ୍ତୁ ଅସିନା ନଂଶୀ ଧରଣା ତାହା ହୋଇନା ଅସିନା ସହେ
ସ୍ବାମିସିଂସି ବାସବତୀ ଧରଣା ହୋଇନା ।

ସତ୍ୟ ପୁଣ୍ୟତା ଓହେ ଅସିନା ଅସିନା ସିଂହେ ସେତେ । ନିପୁଣିଂ
ଅନ୍ତ ଓହେ ଅସିନା ଚିନ୍ତା ଲେଖିବା ।

୨୭

ଧରଣୀ ସତ୍ୟତା

Five elements of breath

ପୋଥିଲିଂଶୀ ଅସିନା ସତ୍ୟତା ତାହା ଧରଣୀ ସତ୍ୟତା ବାସବତୀ
ନିକ (philosophers) ଧରଣୀ ସତ୍ୟତା ତାହା ଧରଣୀ ଅସି
ନା ଓହେ ପୋଥିଲିଂଶୀ ଧରଣୀ । ପୋଥିଲିଂଶୀ ଅସିନା : —

୧ । ଧରଣୀ

୨ । ଧରଣୀ

৩। শ্বাসিক

৪। আকাশ

৫। পৃথিবী

অন্তর্য পৃথিবী গোচরস্থ বস্তুকে বাইরেদেখাই। যথোপা-
ন্তর্য পৃথিবী অল্প অল্প বায়ু মিশ্রিত অবস্থা হোজিত। মনিস্থিতিঃ অল্প
স্বাস্থ্য পান্য লৈবঙ্গ্যগা অচোবা বীক্ষণী বস্তুনা লৈবঙ্গ্যগা বায়ুবাধি
মৈগী শরক স্বাওরে।

অন্তর্য মনিস অল্প বা যতঃ স্বাস্থ্য লৈবঙ্গ্যগা বায়ুবাধি,
অন্তর্য পৃথিবী মৈগী শরক স্বাওই তাকই

অন্তর্য চৌধক অল্প (Traingular) মাইক স্বাস্থ্য লৈ-
বঙ্গ্যগা বায়ুবাধি, শ্বাসিক শরক স্বাওই।

অন্তর্য অগীকণা বীক্ষণী মঃ লৈবঙ্গ্যগা বায়ুবাধি অকাশকী
শরক স্বাওরে।

অন্তর্য স্বাস্থ্য পান্য চৌধক মদি স্বাস্থ্য মঃ শ্বাসিক লৈবঙ্গ্যগা
বায়ুবাধি, যতনা মঃ পৃথিবী শরক স্বাওই তাকপনি।

● = মৈ, ☺ = মৈগী, △ = শ্বাসিক, ○ = আকাশ,

□ = পৃথিবী।

মৈগী শরক মনিস তরানিধোই, মৈগী মঃ তরাতরক,
শ্বাসিক মঃ মিশ্রণ, আকাশকী মঃ মিশ্রণ পৃথিবী শরক
মনিস কুন অন্তর্য পৃথিবী হোজি।

লৈবঙ্গ্যগা অল্প মৈগী শরক মঃ পৃথিবী অল্প
মঃ মৈগী শরক পূরকই। অতঃ অন্তর্য কঃ কঃ।

৬৮

পৃথিবী মৈগী করিয়া হোংগনি

How to change the flow of breath

মঃ প্রাণকোমোরিবা মঃ পৃথিবী মঃ মৈগী মঃ।

ভৌরবনি মহাক শোরবনা য়েই দ্বানবনী শক্তি অমহঃ খর্গনী
কন্যাত্তনী লৈখা ভাগনি ।

২৯

দুতকী শিদ্-হিদাক

Twin angel's panaca

মী অমণী পুন্নিদা করম্মা য়েই দ্বানগনগে হান্নবসিনী বরমদা
হান্না অন্দোক্তা বৈনজ্ঞে ।

ঐথোই হৌজিক নীপা অমদা মহাকী মণাণী দুতনা মণাণী
নিংবা ধুংহনধিবনী হারি অদা ভাশি ।

গুরু গার্গী অসি মদা মণাণী অমহু পোকচবা মচানিগানি ।
মহাক অসি পোক্তকপদা মচিন্দা লুপাণী চামস অমদা লোইদনা
পোক্তকই । মহাক অসি অশুকী মতিক লাইবক কবা মী অদা
ওইথি । মদুনি মহাকী চহি তরেন শুবদা মহাক সুংডাইবা হৌথি ।

মণাণী যৌবনগী নিংথিনা শাকাইবকপ মতমু য়েংগে হোৎন-
রিবা নিপা মচা অসিগী কিভম অদু য়েংগি । অদুগী চৎনবিনী
বাংমদা সুংডাইরিবা পুন্নিজিং অসি গুরু গার্গাণী গথাপ্তা হান্না
থীনা হাররি ।

নিপা মচা অসি মণী মদা মপানা মমিং চৎনবা মাইবশিংদা
পুত্ৰনা য়েংহন্নম্মী । অদুযু কামবদি করি অমতা কংয়ে । নিপা
মচা অসি হান্না কাম্বা লমচৎ মাইজবা মণাণী কন্যাবু মকম মতম
মাইদনা কাইথোকই হান্নবসি কদা অমতা থঙদে । বরম অদুনা

ଆଇବଳିଙ୍ଗା ଗାଡ଼ୋନ୍ନା ମିବା କରବା ହିନାକଳିଂ କରା ଗାଡ଼ୋନ୍ନାଦି
 ଖୁଦୋଂ ଧିବଦ୍ରୁସ ହେଲହେଲେ । ହିନାକଳିଂ ଆସିନା ଗାଡ଼ୋନ୍ନା ସନ୍ନାହି
 ହେଲା ହେଲା କାହନ୍ନୁନା ଜଗତେ ଅଛୁ ଡାକ୍ତରବା ବୋଧେନବଦା ଗାଡ଼ୋନ୍ନା ବେଲା
 ଅବାବା ଅବା ଓଇବେଲେ ।

ଫୋକ ୧୨୦୨ ବା ମାର୍ଗାରୁ ସମାନା କାଲେନଶି ସତସ ଲେମ୍ବବଶି-
 ନସକ୍ତା କାଶ୍ମିରବା ଚତୁରା ଲୁଂଡାହିକ୍ତାଟୋ ହାସରନ୍ତୀ । ଅହୁନା ସେ ଧାନା
 ମାର୍ଗାଶି ଇୟୁଂ ସନ୍ତୁଂ ମୁଦା ଶ୍ରୀନଗରବା ଲେବା ହାସରବା ଲେମ୍ବରନ୍ତୀ ।

ସଖୋଇନା କାଶ୍ମିରଶି କୋମୁଂ ଶ୍ରୀନଗର ସୋରବଦା ହେମ୍ବଦ୍ରୁସ
 ଓଲାଂଲନ୍ତୀ । ସରସ ଚହୁନା ସଖୋଇନା ମାହଲଗାସଦା ଚେଲନ୍ତୀ । ସକସ
 ଅହୁନା ସଖୋଇ ଧା ଆନିରୋସ ଲେରନ୍ତୀ । ସଜିଶି ତୁଂଦା ସଖୋଇନା
 ମାହଲଗାସଦଶି ଗାହିଲ ନିମାଲ ଧାମ୍ନା ଚାନ୍ଦଲବାରି କୋବା ଅଶିକପା
 ସକସ ଅହୁନା ହୋଲନ୍ତୀ ।

ସକସ ଅହୁନା ମାଧୁ ଅବା ଲାକ୍ତନ୍ତୀ । ଗାନା ମାର୍ଗାରୁ ସାନ୍ନା
 ଚୋକଧନା ନାରବା ସି ଅସମୁଦ୍ରା ଉରନ୍ତୀ । କାଶ୍ମିରଶି ଖାହିବଶି କରବା
 ବରା ଲୁଂଶିଧନା ମାର୍ଗାଶି ସନ୍ନା ଆସି କହନବା ଓସଦେ ହାସରବା ଗାଡ଼ୋନ୍ନା
 ହାସରନ୍ତୀ ।

ମାଧୁ ଆସିନା ଧୁମକ୍ତା ଧାମ ଡୋରନ୍ତୀ । ଅସନ୍ତୁଂ ସାନ୍ନା ଓହ
 ସହାକ୍ତୀ ଚୁତ ଅହୁନା ହାସରନ୍ତୀ । ସତସ ଧର ଲେମ୍ବଗା ସହାକ୍ତୀ ଅବାବଦା
 କନାଶୁଦା ଅସମା ବାରି ନାରନ୍ତୀ ।

ମାଧୁ—ହେ ! ସଭିକ ଚାଣବବା, ନଂଡୋନ୍ନା ଶିବା ହାସରନ୍ତି ।
 ସମୁନା ଲେବୋରିବା ଡୋରବା ଜିବଳିଂସିବୁ ଲୁଂଶିବିରୁଲାଉ ।

আকাশ বানি—হে! মাউজবা ধরাই! নংগী নপুন্নিবু
ধোঁগৎলু।

সাধু—হে! পোকমিহরাবা পুত্লে চাওরাবা ছুত! মহা
ওইরিবা নিপা মচা অসিবু ডাকগীম্ব।

আ: বা:—নংনা পান্না অহুমক ঐনু পান্নী।

সাধু—ঐগী লোইনরিবা ছুত! পান্নী মচা অমত্তগী মডেংনা
মালী লাইনা পুন্মক কোকহনবা পাম্ভৈ।

আ: বা:—উনগী ধোঁ অসি লাহোকগ্গো। নংনা পান্নী
মচা অহু conch flowers গা লোইননা কংগনি। মছ পান্নী
মচা অহুগা ভিন্নরগা নংগী খাও অহুদা হাপচিল্লু। মছনা লাইনা
পুন্মক কহনগনি অমত্ত জিব পুন্মককী শিহ হিদাক্কী।

অমত্ত হাম্মররগা মীওইবগী হাংমদা লৈরবা জীব অসি পাই-
বিরম্মী। সাধু অসিনা উনগী ধোঁ অহু লাম্মনা চংলগা অমৎবা
পান্নী মচা অমগা লৈ অডোবনিং অহুগা পুররম্মী। মহান্না মালী
খাওদা মাওরিবা অডোপ্পা পান্নী মচা অহুগা ভিন্নরম্মী।

অসিগুয়া মাম্মবা হিদাক অসি মার্গাদা গীরম্মী। মহান্না
মসি মুনিং হুমনিং শিজিন্নরম্মী। মহাকী মশাদা ইলেজ্জিকী
জেলে অমত্তগা কাওরম্মী। মহাকী মমাই অসি জে ধাংলরম্মী।
মালী মমা মপান্না অসিগুয়া অওকপ কংনা অহোংব অমা উরক-
পদা মাম্মা ওকপি।

সাধু অসিনা কবি অমত্তা অরাবা লৈডনা অসিগুয়া হিদাক
অসি গীবা ওদদা মলা মথন্ত মাম্মা হরাওরম্মী। মীওইবগী কাম্মবা

পীবীরিবা অসিগুয়া ধুপ্পা লৈরবা অক্তি অসিবু দান্না খাজবা
হৌরস্বী। গার্গানা অসি বভব খরা শিজিরস্বী। হৌজতী
মহাক দান্না মশা করে অমসুং মশা কল্লে।

হৌজিক কাওবদা ধুপ্পোল অসিগু মতেংনা গার্গানা মী লাখা
লাখাবু কামবা পীবীরি।

পাখী মচা অসি ভিররগা শেখা হিলাক অসি হকচাং পুন্নিমকী
শিদ-হিলাকনি। গার্গানা স ধুপ্পা হারবি, মচদি—হারবিবা পাখী
মচাশিং অসিভনা মীওইবা জাতিগী মাইকবা পীবা ওংগনি।
হারবিবা পাখী মচানা শেখা হিলাক অসি আউতৈ করিন্স নত্তে।
জৈবু করঙ্গা করিনা ওলহনবা ওমপে হারবতুগী হিলাকনি।

হারবিবা হিলাক অসিনা মীওইবদা জৈগী পুন্নি ওইহদী।
অসি লিজিরবদা হাপ্তা অমদা মশা অচু মশাওইবদা ওউগিবিবা
ফিভর, অকবদা অডকপ কনা হোঃহনবা ওমই। নংনা হেক চাকুবা
ধুদিংদা হিলাক অসিগু মতেংনা জৈ লোইনা ওলহনব ওম্মী।

হারবিবা হিলাক অসি ঐখোইনা শেখা ওমস্ত্রবদি ল হে বদা
লৈরিবা প্রোকেসার সিঃ গার্গা পোটে বোজ নং ২৬) অসিদা
চেন্সা ক গনি ভাকপীরস্বী।

৩০

তেংপানবা ম্পু কনানে

Who is lord of univers

ঐখোই পুন্নিমকী তেংপানবা ম্পু অসি কনানো, কন্য শুবগে

যদি ঐখোইনা করিয়া বিরসা, কদাইনা চেলগা কংগনি ?
যদিগী পাণ্ডুরনি : ঐখোইনা খন্ডগী ওইবা লাইবিকনিং, জাতি
খুদিগী কলচরনিং অমন্তং হৌরককমনিং পাচুনা নৈমকরগা শুকচৎ
হেক চৎখোজনা মীৎ অসিনা মথকলোমদা অচাংবা অসিনা
হেক মঃখৎপদা উরিয়া আভিরা (নলাইলেন) হায়না খন্ডনরিয়া
অসিনি হায়না প্রণাণ নাঠে ফলে ।

মরমদি তাইবঃ জীব খুদিংমক, পোৎ খুদিংমক অহাংবদা
অহাংবদা শাবনি । হায়বদি, ঐখোইনা করিগুচা থরক অমা
পাংখোকে কোৎনবদা অহাংবা মকম (জাগা) থিরকই । অহাংবা
লৈভবা মকমদা করিগুচা থরক অমতা শেমগৎ জাগংপা হাদে ।

অহাংবা মকরদা মুংশিৎ লৈ । মুংশিৎ অসিনা জীবরু
জাগংবদা পোৎচৎ মতা লৈ । মতুদি মথকী পাব ২৭ শুবদা
প্রগী পোৎচৎ মতা হায়বদুচা শুগাইনা উৎক্রে । মৈঠে অহল-
খিনো হকচাং অসি পকতুৎ মতানা শাবনি হায়না হায়নরিবসি নৈ,
জৈখিঃ, মুংশিৎ, পৃথিবী অমন্তং আকাস অসিবুনি । অচুনা
মুংখিৎভগী ঐখোই পুন্নিংক শেখনি হায়বসিগী প্রণাণ ফলে ।

পৃথিবীগী জাতি খুদিংনা মগী মগী মরোন্না মপু মগী
মিংখৈ শোমবদা হিন্দুখিঃনা ওঁ নরাহন, মুসলমানখিঃনা ওঁ মকা
হাই মধো, মৈঠেনা হুঁ শিচবা, খুচোনখিঃনা ওঁ ! লোর্ড হায়না
শোখি । লাইগোন হাইহগী মবাংদা ওঁ, হুঁ, ও হায়না হায়বি-
বসি মুংখিৎ মগী শকনি । লোম ভিন্নবদগী খোহোক অমদি

ଐସ୍ବୋଇଶି ସିଂ ଅସିନା ସେବନା ଅଂସାନବା ସହ ଉସି । ଅହୁନା ଐସ୍ବୋଇ
ବୈଦେବନ୍ତ “ହ” ଆତିସା ଶୁକ୍ର ନିଦବା” ହାସନା ସିଂସେବନସିଦ୍ଧିସିଦ୍ଧି ସମୁ
ସାଶି କୁହୁ ଅସି ଅଂସାନବା ସହୁନି ହାସନା ସଂସବେ । ଆତିସା ସୁସିଂଶିଦ୍ଧି
ଆତିସା ସାବୁ ଇସାଂସି ହାସନା ନାଡ଼େ କଂସେ ।

ସ୍ଥୋକ ଲିଖିଂ ଚାୟନା ସଂସିଦ୍ଧା ଓଈବା ଶ୍ରୀସାସନା ସେବା
ଶ୍ରୀସାସନାସତ ସହା ପୁରାନ୍ଦ ଶ୍ରୀମ୍ମ ପର୍ବନା ଶ୍ରୀସାସିଦ୍ଧା ଯୋଗ ଆତ୍ମ ଓଈସା
ଶ୍ରୀସାସନାସତ ଶ୍ରୀମ୍ମ ଉପାସିଦ୍ଧା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜୁନଶି ସର୍ବ ସାଧନା
“ବିଭୂତି ଯୋଗ” କୋବା ୧୦ ଶ୍ରୀସା ଆସାସାଈବା କୃଷ୍ଣନା ଅର୍ଜୁନା
ହାସନା, “ଐ” ହାସନାସି ପୁରାସତ୍ତା ସାଓଈ, ସଂସାଲ ଲେସାସିଦ୍ଧି ସମୁଦା
ସୁସିଂ ଶ୍ରୀସି, ସଂସାସିଦ୍ଧାକାସିଦ୍ଧି ସମୁଦା ସା ଶ୍ରୀସି । ଶ୍ରୀସାସିଦ୍ଧି
ସମୁଦା ସିଦ୍ଧାସନା ଶ୍ରୀସି, ଶ୍ରୀସାସିଦ୍ଧି ସମୁଦା ସମସ୍ତାସି, ଶ୍ରୀସାସିଦ୍ଧି ସମୁଦା
ଗଜାସି, ଶ୍ରୀସି ସମୁଦା ନୋଂସାସି, ସମସ୍ତାସି ସମୁଦା କାସାସି, ଶ୍ରୀସାସି
ସମୁଦା ଶ୍ରୀସି, ସଂସାସିଦ୍ଧି ସମୁଦା ଶ୍ରୀସି, ସି ସଂସାସି ନିଂସାସି,
ପାଂସାସି ସମୁଦା ସଂସାସି ଶ୍ରୀସି । ଅସ୍ତାସି ତାସିସାସି ସିଦ୍ଧି ସୁଂସା
କୃଷ୍ଣ ସାନା ସେସାସିସିଦ୍ଧି ଶ୍ରୀସିସିଦ୍ଧିସିଦ୍ଧିସିଦ୍ଧି ସଂସାସି ହାସନା ।

କୃଷ୍ଣ ସହକ୍ରା ପନାସିଦ୍ଧି ଆସାସିସିଦ୍ଧି ଅସି ସିଂସାସି ଶ୍ରୀସାସି
ଐସ୍ବୋଇନା ଶ୍ରୀସି, ସୁସିଦ୍ଧି, ଶ୍ରୀସି ଓଈସା ସେକପ ଶ୍ରୀସାସି ସଂସାସି
କୁହୁସି ଅସି ଶ୍ରୀସି ଆତିସା ସହୁଶି କୁହୁ ଓଈସା ସେକେ । ଅସ୍ତାସି
ଆତିସା ସୁସିଦ୍ଧି ଆତ୍ମା, ସିଦ୍ଧି, ସନାସି ପାଂସାସି ହାସନା ସିଦ୍ଧି ସଂସା
ଶ୍ରୀସିଦ୍ଧି ସମସ୍ତା ଶ୍ରୀସାସି ସମୁଦା ତାସିସାସି ସଂସାସିଦ୍ଧି ସିଦ୍ଧି

যতঃ অসিদ্ধা পাবিব্রিষশ্চিনা তাইবং মনুদি অমন্তনি হার্ষরগা
 আতিহাস্য লাইনি, কৃষ্ণস, আত্মা লাইনি, লাই হান্না চোং-
 ধোরক্রে হার্ষনা ধর্মবিরম্বা রাই। অহু মন্তে। তেংবানবা মণু
 হান্না পৃথিবী অসিদ্ধা ভোড়ান ভোড়ানবা মফম অমন্তং জৈশিঃ
 মুংলিৎকো! খেয়বা মন্তুং ইয়া ধকলোন কয়ামুক খাইমোক্রা শেখোরি।
 জাতি করামরম খোত্রা, মগী মগী কলচর ভোড়ান ভোড়ান্না
 লেখোরি। পুয়মক অসি যী হার্ষবহুদি অমন্তনি। মপানগী
 যীৎয়েদমা মামদবনি। পৃথিবীয়া লৈপাকণ শাস্তি ডাক্রবা লৈরিবা
 সিকাইশিঃ অসিগী মধৌদি চপ মাইয়ে। অহুবু সিকাই ধুদিংকু
 মওং অমন্তং কিজ্জতি চপ মানে। অহুনা তেংবানবা মপুনা তাইবং
 ঐখোইবু শেখোরবদা, জিবশিঃ অসিদ্ধা মণু যাবু নিলিঃজুতুনা পাপ
 পুইনা খঙতবদা, অহুব অয়ান ধিত্তবদা জগৎ অসি মঃমবগী মফক
 ওইরক্কা মভমদা মণু হান্না মগী মওং লৌতুনা মীরক্কা মফম
 মফমগী মন্তুং ইয়া মওং লৌতুনা লাকপীরগা পাপীশিঃ অহুবু লাক-
 শিববোরি। হাথরা অধদি বিৎ অসিদ্ধা উবা উমন্তবা মতিক
 লৈরিবা, পাক চাওরবা, মওং লৈত্ৰবা মণু মগী লক্কাযবু খঙহনগে
 হার্ষক্কা মগী মওং লৌতুনা মীরক্কা অবভার ভোরকপনি।
 তাইবং মীওইবা ঐখোইনা “ঐ” হার্ষবসি মহাক্রী হার্ষনহু হার্ষরি।
 “ঐ” হার্ষবহু খঙগে, কয়ি পোভানো, কয়ি কায়গদৌরিবনো হার্ষবহু
 খঙননবগীদমক্কা পারা ২১ শুবদা শুপাইনা ভাক্রবনি। অসিদ্ধা
 ইশাগী পুন্নিংবু (জ্ঞান) বু কয়রা হার্ষকনি অসিনি। অহুনা
 ঐখোইনা জয়ক পারা ২৬ শুবা খয়গী পাঠেবনা মট্টে হানবা

হায়বসিন্তু ভেংবানবা অসিদা ভোরিবা খোক্লিবা খৌদোক খুদিংক
হায়গনা হাৰা, খায়গনা খাৰা, ইংলগনা ইংবা অলুগা এখৌইগী
ইখাদা ইলেক্তি কী জেচেলগুয়, রেডিওগী জেচেলগুয় চপ চপ মায়না
খোকই হায়বসি খঙলে।

অচনা খৌভিক্তী এখৌইনা “মপু” চায়বহু কনানো থিকুবদা
“অহাংবা অতিয়া” অসিনি হায়বসি জাতি খুদিংনা মামী মামী বেদ
খাপ্ত, পুর'ন, পুরাখিদ' লোইনা প্রমাণ পীচুনা তাকপ্রবা ডাক্তানি।
মথ দা ইখাদা লৈরিবা ইখাগী অনিশুবা দুভ (দুজ) অসিবু
সিংখিনা ব বকপ ওয়বতদা হায়রিবা “অতিয়া গুফ শিদবা” হায়বা
শিদবা মপু মামী মশকপু চপ চানা খঙজবা ওয়গনি। জাতি
খুদিংগীলু অসি মঙাই পুলিবু মঠে যানগনি।

হয়িও হয়াহে, হে হয়ুম্ হয়ুম্ হয়ুম্

লোইরবা।

ধুরুমজবা

মৈত্রবাক কোবী ইমা-ও ।
হৌজিক মণিপুর কোরিবী,
বহাল চাম-নিপালনী মওংগুর
চীংলোন মাপর ধৌপনবী,
বহালনী বমচেৎ মওংগুর
পাক্সবা ভম্পাক্স হাইনচল্লিবা,
বহালনী লৈরিক্স মাপর
হৈরাং লৈরাংনা লৈভেংলিবা,
মপুনী খোইদৌখল্ল শাংলিবা
পীশাতাওনী কাইদোংকম ওইরিবী,
লৈরাং বহালনী মওংগুর
নেয়বা সমুজ্জ জমাইখল্লনী
হাংলবা কাইনা ডানখোইরিবী,
মুমজাও লৈমা ইমানী পোখাকম
অখৌবা করানীম পোক্তকম
ভাইবং খেয়োরিবা মপুনী
গুণ খিখিকী তুনকম্বী ।
কচ্চরি ইমা মংগী পুরাদা
লৈনমজবা লৈরাং অমন্তং
খেংচিনবিম্ব ইমানী মাপদা
চলহনবিম্ব সাহিত্যানী লৈকোম্বম্ব
বঙজসমু মীওইবনী পুন্নি
কদাইদনো অহুং, অরানবা ।

অরানবা চুমখোকপা

লম্বাই অরানবা		অহুবা	পয়েং
১।	২	শিজিরবনি	শিজিরবনি ৬
২।	২০	কাংবা	কাংবা ১২
৩।	২৩	কারবা	কারবা ১
৪।	২৬	মীখংমা	মীখিংমা ৬
৫।	২৫	শিমককখিং	শিমককখিং ৭
৬।	২৭	মংগা	মংমা ১০
৭।	৩০	খন্নমৈখদি	খন্নমৈখদি ৮
৮।	৩১	পাংখোরবগীদমক্তা	পাংখোরবগীদমক্তা ৮
৯।	৩১	কগৎহু	কগৎহু ১৮
১০।	৪৩	ভৌরো	ভৌরোই ১৫
১১।	৪৩	মহাক্সা	মহাক্সা ১৬
১২।	৪৪	ভৌবগনি	ভৌবিগনি ৪
১৩।	৪৪	পাল্লবমো	পাল্লিবমো ৯
১৪।	৪৮	লাইরিকলি	লাইরিকখিং ২৯
১৫।	৪৯	মংসা	মংমা ২৩
১৬।	৫৪	কবা	কাংবা ১৫
১৭।	৫৫	ভোংদমবগী	ভোংদমবগী ১০
১৮।	৫৫	অগা	অমগা ১০
১৯।	৫৫	খিবা	খিবা ১৮
২০।	৫৬	শহী	শেহী ৮

২২।	৫৩	নথবাক	নথবাক	২
২৩।	৫৩	ভাওখোকবল	ভাওখোকবল	২
২৪।	৬৩	হেব্বনভ	হেব্বনভ	৬
২৫।	৬৪	কগদবা	কগদবা	৭
২৬।	৬৫	মুংলিৎকী	মৈলী	৪
২৭।	৬৭	অহুগী	অহুগী	১৪
২৮।	৭১	সলাইলেন	সলাইলেন	৫



মধ্যংগী চহি শোক ১৯৭৯ দা ফোংগদবা লাইরিকী মমিং

1. HATHA YOGA

শ্বর শাজেলগা কোন্নবা যোগ শাজেল

2. CELENDER OF YOGIC POSTER 1979